

## יום הפגה לניצולי השואה



אגף הרווחה בעיריית חדרה ממשיך לדאוג לניצולי שואה מקבלי השלמת הכנסה בעיר. כשבוע לפני ערב ראש השנה, קיים האגף יום הפוגה לניצולי שואה במלון רמדה, במערב העיר. כ-180 ניצולי שואה השתתפו ביום זה אשר נערך במעמד ראש העירייה **צביקה גנדלמן**, סגנו **רומן גישר** ומנהלת אגף הרווחה - הגב' **זיוה הימברג**. את הפרויקט הובילה המחלקה לאזרחים באגף בראשותן של מנהלת המחלקה הגב' **רויטל פוקס**, עו"ס **איריס מלמד** ועו"ס **ברטה יפה**. ניצולי השואה נהנו מארוחת בוקר מגוונת, מוסיקה וסדנת שוקולד של המיזם החברתי "גוונים של מתוק" המופעל באמצעות נוער בסיכון. ההנאה הייתה מרובה והמשתתפים סיימו את היום המרגש עם ארוחת צהרים עשירה ושי צנוע.

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

**סרטים באולם רנה שני**

6/10/2019 יום א' בשעה 16:00 טרם נקבע

27/10/2019 יום א' בשעה 16:00 טרם נקבע

לפרטים נוספים: נגה הסל 054-8007997

**חדרה** עיר עם אנרגיה

לקראת השנה החדשה תש"פ  
לכל גמלאיות וגמלאי חדרה  
שנה של שגשוג, שלום וביטחון  
בריאות, אושר ואריכות ימים  
שנה טובה ומאושרת



ראש עיריית חדרה מר **צביקה גנדלמן** והנהלת העיר  
**זיוה הימברג** - מנהלת אגף הרווחה והשירותים החברתיים  
**רויטל פוקס** המנהלת וצוות העובדות במחלקה לאזרחים הוותיקים

**חדרה** עיר עם אנרגיה

העמותה למען הקשיש חדרה

**לכל הגמלאים והגמלאיות,**  
*אנה טובה*  
*אנת בראות אלוט ואלוה,*  
*אושר ונחת!*

מאחלים:  
**טובה בן זאב** - יו"ר וחברי הנהלת העמותה  
**סיגל זיידה** - מנכ"לית העמותה  
צוות העובדים והמתנדבים  
העמותה למען הקשיש



**שנה טובה**

# בית צבי- מרכז תרבות וספורט לגימלאים

## מאת: ימימה לוי

ה"קהילה התומכת" של העמותה למען הקשיש מקיימת בבית צבי מפגשים נפרדים לגמלאים דוברי עברית בהנהלת טוהר גוזמן ולדוברי רוסית בהנהלת אירנה. המשתתפים זוכים גם לטיולים והרצאות כשהמטרה, הפגת הבדידות. בנות השירות הלאומי במסגרת "והדרת פני זקן", מסייעות לפעילות החברתית במועדון. הבית מהווה גם מרכז פעילויות של מתנדבי הפרויקט למרותקי בית ניצולי שואה בריכוזה של שוש זיזותן, מתנדבי רוטרי, המועצה הציונית וכן לישיבות מערכת העיתון "כיוון חדש". אכן בית צבי ממלא את ייעודו שקבעו הנדבנים של בית זה. כל גימלאי יכול למצוא סדנה או חוג שנפשו חושקת.

**רכזת בית צבי אתי מדר, שמקבלת את כולם במאור פנים ובאהבה.**  
**הבית פתוח בימים א-ה**  
**טלפון: 04-624-8623; 04-622-6113**

בית צבי נקרא ע"ש מייסד חדרה צבי בוטקובסקי ומופעל בשיתוף המחלקה לאזרחים ותיקים באגף הרווחה בעיריית חדרה והעמותה למען הקשיש. הבית משמש מועדון חברתי לגימלאי חדרה. הוא כולל פעילויות רבות ומגוונות. בית צבי נבחר להיות "הבית" המפעיל תכניות לקידום הפעילות הגופנית, התזונה הנכונה ופעילות תרבותית לרווחת תושבי חדרה. החוגים מופעלים ע"י מדריכות מקצועיות.

הפעילות הגופנית כוללת: פיטנס, פילאטיס, אירובי, התעמלות על כיסאות וטניס שולחן (פינג-פונג). מטרת הפעילויות הללו: סיבולת לב ריאה, חיזוק ריצפת האגן, בניית עצם, שיווי משקל וקורדינציה. חוגים נוספים הם: ריקודי עם בהדרכת מירב שטיינברג, מקהלת ניצולי שואה בניצוחו של דודו שני ומשחקי ברידג'. בתכנון הוספת חוגי אנגלית ומחשבים.

נושא נוסף ומרכזי בבית הוא הפעילות החברתית. בראש וראשונה מועדון חברתי לניצולי השואה, גילאי 80 ומעלה "קפה אירופה", שמספק לחברי המועדון מפגשים חברתיים, הרצאות סדנאות וטיולים. בנוסף זוכים הניצולים לעזרה, ייעוץ ותמיכה הדדית במסגרת קבועה של "עמך". גם דור שני לניצולי שואה זכה בסדנה במסגרת "עמך". בשלב ראשון המשתתפים עברו טיפול קבוצתי ע"י מנחה מקצועית לנושא השואה. בשלב שני למדו איך לספר את סיפור השואה. המטרה להעביר את סיפור השואה לדורות הבאים. התמיכה לחברי הקבוצה ניתנת גם באופן קבוצתי וגם באופן פרטי.



## דבר המערכת

מאת: ימימה לוי

### ראש השנה תש"פ

שנה חדשה מתחילה. לפי אמונתנו עשרת ימי תשובה (הימים בין ראש השנה ליום כיפור) הם ימים שעלינו לעשות חשבון הנפש, לתקן דרכינו ולבקש סליחה. ימים אלה ראויים במיוחד לבקשת סליחה, כי אז ה' מתרצה יותר, ככתוב: "דירשו ה' בהימצאו, קראוהו בהיותו קרוב" (ישעיהו נ"ה).

יסודות התשובה הם שלושה: החרטה, הווידיוי ועזיבת החטא. טעות בידי אנשים לחשוב שדי לבקש סליחה מהקב"ה, והכל נסלח. "האומר, אחטא ואשוב ואחטא אין יום הכיפורים מכפר לו (מסכת יומא)". לגבי חטאים שבין אדם לחברו, אין כפרה עד "שירצה את חברו", כלומר עד שיבקש סליחה מהנפגע.

ומה לגבי הפרט שניפגע מהממסד? משרדי הממשלה והעומדים בראשם צריכים לבקש סליחה מכל החולים שתרופה מצילת חיים שהם זקוקים לה אינה בסל הבריאות. מכל החולים הסובלים כאבי תופת והקנאבים מתעכב. וכמובן מהרופאים, האחיות והחולים שהצפיפות בבתי החולים פוגעת בכלם. סליחה מכל הקשישים החיים מתחת לקו העוני. סליחה מכל הנפגעים מתאונות בשל שיבושים בדרכי התעבורה. סליחה מאותם ילדים במערכת החינוך הנרמסים בידי חבריהם ואין מציל להם. סליחה מאותם עובדים זרים הנופלים מפיגומים בשל זילזול המעבידים, ומאלה החיים בפחד הגירוש, כי עדיין לא נקבעה מדיניות לגביהם. ומי שצריך לבקש במיוחד סליחה, הוא המוסד לביטוח לאומי, שאיננו מספיק רגיש לסיבלם של הניזקקים לו.

ותשובה ותפילה ועשיית מעשים בצדק ובצדקה- מעבירים את רוע הגזרה מן החברה ואם תממש זאת, היא תצמח להיות איתנה ובריאה.

**שנה טובה!**



עורכת ראשית: יונה מאור

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

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

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

**פקס:** 04-6247537

**כתובת המערכת:** E-mail: [kivunhashl@gmail.com](mailto:kivunhashl@gmail.com)

**עריכה גרפית והדפסה:** אור גרפיקה והדפסות.

# "עין לציון צופיה" - 100 שנים לתנועת הצופים העולמית

מאת: עמליה (מלי) רוטמן

שלושת ראשי השבטים: יוסי קטבי משבט אילן בבית אליעזר, ניר בן צבי משבט בני היער בחדרה ונדב קוסביצקי משבט צוקים במערב העיר הקפידו לציון את העובדה שקיים קשר הדוק ביניהם: שיחות משותפות, התייעצויות, עבודה משותפת ופעילויות משותפות לשבטים ברמה השכבתית. יחד עם זאת - כל שבט עצמאי!!

## כיצד ציינתם 100 שנים לתנועת הצופים?

בכל השבטים קיימו פעילות שהתבססה על מוטיב שנת המאה באמצעות ערכות פעילות שהתנועה הנפיקה. "בשבט בני היער אחד הותיקים בארץ, התקיימה ביום הצופה בחודש מאי, פעילות שסקרה את שנעשה במהלך השנים, תוך מתן דגש על המהות, ההיסטוריה, ערכי התנועה, עשר מידות הצופה וכן כיצד משפיעה הטכנולוגיה שנכנסה לחיינו. חגגנו 100 שנה כל השנה". "שבט אילן שיפעל אחרי החגים מבית ספר "צליל" חוגג השנה 10 שנים להיווסדו. במהלך השנה ובמחנה הקיץ ציינו 100 שנים לצופים, חילקנו 'עניבות 100 שנה' לבעלי תפקידים בהתנדבות, ותגים ברקמה מיוחדת של 10 שנים לכל השבט".

שבט צוקים הקיים 5 שנים, מקיים פעילות לכל מערב העיר חדרה כולל פעילויות עם המתנסים. השבט מנוהל ע"י ש"ש מגרעין רעים בעזרת השכב"ג (שכבה בוגרת) ופועל בבית ספר גבעול שמחבק אותנו בהקצאת משאבים. ציוד המתקן עצמו המצוי בשטח ביה"ס, הכרה בחשיבות השבט ותמיכה רוחנית. ציינו את אירועי ה-100 בפעילויות של התנועה ותכנים של הצופים במהלך כל השנה".



**המנון הצופים**

היה נכון למלא חובתך.  
נאמן לעמך ולארצך.  
בכל עת לזולת תעזור.  
חוקתך הצופה שמור תשמור.  
היה נכון! נכון תמיד  
היה נכון! נכון תמיד  
היה נכון חוקתך לשמור!



מה משמעות ההצדעה הצופית? שלוש אצבעות זקופות המזכירות את שלושת חלקי ההבטחה: למלא חובתי לעמי ולמולדתי, לעזור לזולת בכל עת, לקיים את חוקת הצופה. האגודל שנחה על הזרת באה לסמל את ההגנה על החלש.

לסיכום: הצופים, מכבי הצעיר, בני עקיבא, הנוער העובד והלומד, כנפיים של קרמבו.. השומר הצעיר ועוד... ועוד... מלח הארץ... דור העתיד... כן ירבו וישגשו ויהיו נכונים תמיד למלא החובה, לעזור ולשמור.



תנועת הצופים מציינת השנה 100 שנים להיווסדה, ועושה זאת בשלל אירועים ופעילויות מיוחדות. התנועה הוקמה ע"י קצין צבא בריטי בשם רוברט באדן - פאוול שמטרתו הייתה חינוך בני הנוער באנגליה לחיים בריאים יותר, ולשפר את הכשרתם כחיילים לעתיד בשירות האימפריה הבריטית.

תנועת הצופים העבריים הינה תנועת הנוער הגדולה בישראל המונה כ-90 אלף בני נוער בכ-200 שבטים מקריית שמונה ועד אילת. בתנועה משולבים, כחניכים לכל דבר, כ-4,000 בני נוער עם מוגבלויות שונות על כל רצף הספקטרום. התנועה מקדמת עשייה חינוכית וציונית המבוססת על ערכי אהבת המולדת, חברות ורעות, נתינה ומעורבות חברתית. בכל שנה יוצאים כ-500 בוגרים ובוגרות לשנת שירות.

בחדרה קיימים שלושה שבטי צופים: שבט בני היער, שבט אילן בבית אליעזר ושבט צוקים בגבעת אולגה.

שוחחתי עם מזכ"ל תנועת הצופים מר קלי כהן שאמר כי הוא מתגאה ונרגש להיות חלק ממשפחת הצופים, משפחה גדולה, מקבלת ומחבבת. בכל שנה מקיימת התנועה מפעלי קיץ, מחנות, קורסים וקייצות בכל רחבי הארץ, מוציאים משלחות לפעילויות מעבר לים ומפגשי צופים אחרים בעולם. ומקיימים פעילות ייחודית - פעילות של שבטי הצופים בחו"ל בעברית!!!

נפגשתי עם ראש העיר מר צביקה גנדלמן, חניך בצופים, שקיבל את פני בלשכתו בהצדעה צופית: "אני זוכר לפני כ-50 שנים צריך וסביבו שטח גדול לפעילות ולציווד. הפעולות נערכו בד"כ ביום שישי אחה"צ ובמוצ"ש. זכיתי להיות בג'מבורי (ההתכנסות השנתית של הצופים), ונסעתי לחו"ל במסגרת חילופי משלחות. כשצריך היה לבנות מגדל או כתובת אש... אהבתי להיות חניך יוזם ולהתעסק בזה... התקופה בצופים הייתה תקופה מעניינת ומעצבת. כל נושא תנועות הנוער בכלל קרוב לליבי. רוב הקצינים בצה"ל עברו דרך תנועות הנוער. הגוש סעיף תקציב לתנועות הנוער והשנה קיבל תוספת והוקמה כיכר תנועות הנוער בחדרה כהוקרה לתנועות הנוער בעיר".

חדוה יחזקאלי שהיתה ראש שבט הצופים "בני היער" פגשה אותי במשרדה כשהיא מחייכת ושרה את ההמנון הצופי:

"הצטרפתי לשבט הצופים מיד עם כניסתי לביה"ס התיכון. עם הצטרפותם של שלושת ילדי הגדולים לצופים לקחתי חלק פעיל בניהול המקום ומשם הדרך הייתה קצרה לשמש כראש שבט. תקופה זו זכורה לי כמאתגרת ומעניינת. השבט מנה אז מעל ל-300 חניכים ולא הייתה שום תמיכה כספית מהעירייה, בעוד שהיום, העירייה מתקצבת את תנועות הנוער בעיר בסך 300 אלף שקלים. סוחר העיר וכלל תושבי העיר התנדבו ונתנו כתף בניקיון השבט, צביעת המבנה, הנחת הקונטיינר לאחסון הציוד".

## איך התנהלו מחנות הקיץ?

"במחנות הקיץ והחורף ליוונו ההורים ואני את החניכים. התקיימו פעילויות ערכיות וספורטיביות, תוך שימת דגש על אהבת הארץ. החניכים הכינו עבודות גמר על ארץ ישראל בשיתוף ובהנחיית המדריכים והגישו אותן בסוף תקופת המחנה לראווה. אך גם לקיבה דאגנו, ו'פתחנו' שולחן - שמאסטר שף היה מתגמד לעומתו".

## מה עוד זכור לך?

"ישנה תמונה אחת שחוקקה במוחי כחניכה: כולנו לבושים בבגדי חאקי בהירים ועניבה צבעונית לפי גיל החניך... ובעיקר אני זוכרת את מילות ההמנון..."

# זכויות החולה הסיעודי מול חברות הביטוח

סיכום הרצאה מאת עו"ד רוזנברג שושני

## מאת: בתיה שרייבמן

עו"ד עינת רוזנברג-שושני, מלווה ומתמחה ביעוץ וטיפול משפטי במימוש זכויות הביטוח הסיעודי וזכויות חוק סיעוד לגיל הזהב. לדבריה יש לרוב חברות הביטוח נטייה להתיש, לבקש ריבוי מסמכים ולמשוך את הזמן. רוב הזכויות נדחות. המסר החשוב הוא לא לוותר. הרופא הנשלח לשם ביצוע הערכה תפקודית הוא מטעמם, ולכן קיים ניגוד אינטרסים וזה גורם לקשיים, ועל המשפחות להילחם.

## להלן מספר נקודות חשובות שהועלו ע"י המרצה:

1. בעת הבדיקה חשוב שיהיו גם בני משפחה, כי החולה מנסה להראות ש"הכל בסדר". בתום הבדיקה ניתן לדרוש לשוחח עם הרופא ללא נוכחות המטופל. להציג את המסמכים ולהציף את הקושי. להראות אביזרי עזר שבהם החולה משתמש, בעיקר בנושא אי שליטה על הסוגרים, להציג חיתולים וקבלות על רכישתם.
2. בתחום הדמנציה ואי תפקוד הזיכרון יש להמציא אישורים מרופא נויורולוג או פסיכיאטר, או פסיכוגריאטר וכן תוצאות של מבחן מיוחד.
3. למרות שנטיתן של חברות הביטוח להתעלם, אין להסכים לכך שכאילו התיפקוד הוא מלא.
4. כאשר מאושרת גימלת סיעוד יש לבדוק אם החולה זכאי לגמלה רטוראקטיבית. אפשר לתבוע עד 3 שנים, לאחר מכן יש התיישנות, גם אם החולה הלך לעולמו וגם אם הוא עדיין בחיים. חשוב לכן לשמור על המסמכים הרפואיים.
5. בניגוד לביטוח לאומי, בביטוח הסיעודי יש כפל, כלומר ניתן לקבל בו זמנית משני ביטוחים שונים.
6. יש לציין שבניגוד לחוק סיעוד, בביטוח הלאומי ובביטוחים הפרטיים, אין מבחני הכנסה.
7. במידה ונתקלים בקשיים, יש לפנות לעורך דין המתמחה בהגשת תביעות משפטיות לביטוחים השונים (בדרך כלל מגיעים לפתרונות מחוץ לכותלי בית המשפט).
8. לפעמים חברות הביטוח מפסיקות את הגימלה למרות שאושרה לאחר זמן מסוים. לא לוותר להילחם על כך. אחת לשנה שולחים דוח על כן יש לשמור את כל המסמכים על מנת שניתן יהיה להוכיח במידת הצורך.
9. בעת ההצטרפות לביטוח יש למלא הצהרת בריאות כדי שחברת הביטוח לא תטען שמחלה מסוימת לא צוינה. לפעמים אין קשר בין המחלה והמצב הסיעודי ואז נערמים קשיים.
10. במידה וקיימת החמרה במצב, יש להמציא אישורים מתאימים, לתבוע מהביטוח אישורים על החמרה.
11. בנוסף לקשיים הקיימים למשפחתו של החולה הסיעודי שמתמודדים עם מצב חדש, נדרשות המשפחות להתמודד עם חברות הסיעוד המערימות קשיים רבים בשמירה על זכויות החולה.

## איחול"י אכריאות אכפ, כוח ופצח.

\* אחת מהרצאות חיצוניות שמתקיימות במרכז יום לקשיש בית בקר, המתמחה בטיפול בבעיות זיכרון, חולי אלצהיימר ודמנציה. המנהלת עו"ס נועה מטיאש.  
אחת לחודש מתקיימת סדנה לבני המשפחה ולקהל הרחב. רוב המפגשים הם מפגשי תמיכה, מעין כתף ועידוד למשפחות לפרוק את הקושי.  
את הסדנאות מנחות מרלנה דסקל ומרים ובר.



## 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 אמינים 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 לסייע 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₪ לחודש, ללא תלות ברמת ההכנסות.**

### לפרטים והרשמה:

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

## חוג ריקודי עם למתחילות



**בימי שני**  
**משעה 19:00 עד 20:00**  
**הרשמה אצל אתי**  
**בבית צבי בשעות הבוקר**

**טל': 04-626113; 052-3301066**  
**או אצל מלכה שניידר - 052-2317311**

**EL-AD**  
s.i.m ltd.

**שירותי הסעות והובלות**  
**שלמה יהודה**

---

**טל/פקס: 04-6897576 נייד: 050-2771500**  
**ת.ד. 30003 בית אליעזר חדרה**  
**E-mail: yehuda6b@netvision.net.il**

### מוצרי הכוורת הנמכרים:

1. **דבש** - יש לו תכונות רפואיות, ויטמינים, מינרלים, מרגיע ונותן אנרגיה, טוב לספורטאים ולמבוגרים, אך לא לתינוקות עד גיל שנה בגלל נבגים של חיידק הבוטוליזם, שאם יתפתחו במעי יפרישו רעלן, הפוגע במערכת העצבים שלהם, ובפעולות כמו יניקה ומציצה.
2. **הפרופוליס** - נחשב לאנטיביוטיקה של הטבע. זהו שרף של עצים שהדבורה אוספת לסגירת סדקים, ומשמש לחיזוק המערכת החיסונית. נגד פטריות, נגיפים ודלקות, ונמצא גם בעולם הקוסמטיקה כמשחות לעור וקרמים לפנים.
3. **הפולן** - הוא אבקת הפרחים המכיל חלבון ויחד עם הצוף משמש כתוסף מזון לשיפור הבריאות.
4. **מזון המלכות** - שהוא מזונה של הדבורה המלכה, מכיל חלבונים, סוכרים מינרלים ומשמש לחיזוק הגוף לאחר מחלה ותשישות. נמכר בתור דבש מיוחד.

לביקורים - טלפון - 03-9324575



בטיול לקראת ראש השנה שבו השתתפתי, ביקרנו במכוורת משפחתית מיוחדת במינה בכפר סירקין, "משק דבורים סימון", שבה לכל אחד במשפחה יש תפקיד. יש להם 30 אלף דבורים, האב, שבתאי מגדל ודואג לכל צרכיהן, ובנותיו יערה וצופית (איך לא?), אחראיות על מכון הרדייה ורעייתו, אורנה על השיווק. הם העניקו לנו סיור מהנה ומעניין, בו למדנו על תרומתן של הדבורים לאנושות על ידי האבקה שהיא הכוח של הטבע להתרבות, והיא 99% מתרומתן לעומת הדבש שהוא 1% בלבד. בהאבקה מעבירה הדבורה את האבקה מהאבקנים מפרח לפרח תוך מציצת הצוף, שהוא מזונה, וכך מפרה אותו. לולא תהליך זה, לא היו צמחים בעולם ולא מזון לאדם ולחי, והאנושות לא הייתה יכולה לשרוד ללא ירקות, פירות וגידולים אחרים שהיו נעלמים, בשנים האחרונות הולכות הדבורים ונעלמות מהעולם, לכן המדינה מעודדת לגדלן ולא לייבאן.

הדבורה מייצרת את הדבש בקיבתה ובבואה לכוורת היא פולטת אותו בחלת הדבש. להפיק 1 קילו דבש יש לצרוך 5 מיליון פרחים, ולצנצנת דבש של 50 גר' צריך 2500 פרחים,

הדבש שמתקבל הוא בצבעים, טעמים וריחות שונים לפי סוגי הפרחים. ראינו את מכון הרדייה הממוחשב וגם את המכונה הישנה, המסתובבת במעגלים המפרידים את החומרים. לשאלה האם הוא נעקץ? ענה שלפעמים, אך הראה לנו את "המדים" שלובשים כדי לא להיעקץ, סרבל, כפפות, נעלים וכובע רשת לפנים. למרות שבעיקרון הוא אינו פוחד מעקיצות "כי פשוט מוצאים את העוקץ ושוטפים במים, ולא קורה כלום".

## מאת:רחל ילין

## על הקשרים החברתיים בזיקנה

בזיקנה כאשר העתיד נתפס כמוגבל יותר, עיקר ענייני של האדם בקשרים אינטימיים בהווה, ולא ביצירת חברויות מזדמנות חדשות. קשרים אלה חיוניים בשנים מאוחרות בדיוק כמו בתקופות חיים קודמות. החל מאמצע החיים אנו מרגישים נוח יותר עם עצמנו ומקבלים טוב יותר את התכונות האישיות שלנו ומשלימים גם עם אלה הפחות טובות. קיימת בנו מוכנות לנסות פעילויות חדשות- קשרים חדשים. על רקע אובדני הזיקנה הולך ומתעצם הצורך בקשרים עם בני המשפחה הגרעינית. התחלות של קשרים חברתיים חדשים דורשות מאמץ הם אינם מתרחשים מעצמם וזקוקים לעידוד ושמירה עליהם. טוב יעשו השירותים החברתיים שיבנו מסגרות שיאפשרו יצירת קשרים אלה ויעודדו את הקשרים בתוך המשפחות עצמן.

הקמת קבוצות תמיכה הוכחה כיעילה וסיפקה אווירה חברתית יציבה ותחושת ביטחון כמו פחד מהמוות מבדידות וחולי. יחד עם זאת נמצא כי קשרים חברתיים בזיקנה המאוחרת שוליים אל מול חשיבותם של קשרים עם בני המשפחה הגרעינית. יצירת קשרים חדשים אינם מתרחשים מעצמם וזקוקים למרחב המאפשר ומקדם את היווצרותם ואת השמירה עליהם. הכלי הקבוצתי נמצא והוכח כאמור, כיעיל בסיוע להתמודדות עם הבדידות ולצורך בהשתייכות. ביבליוגרפיה: ד"ר עירית רגב.



האויב מספר אחד של הזיקנה היא הבדידות, המובילה לחרדות, למשברים ולעיתים אף לדיכאונות שהשלכותיהם לא רצויות. בעידן שנות האלפיים מוצא עצמו האדם הזקן נדחק אל מאחורי הבמה החברתית, הוא כבר אינו מייצג את השכל, הידע והניסיון. ההתפתחות הטכנולוגית מנתקת אותו מהחברה סביבו ואפילו ממשפחתו הגרעינית והזקן הופך למין "כלי אין חפץ בו" ובמקרה הרע - לנטל.

הוא יותר מבודד חברתית, ריגשית, כלכלית, פסיכולוגית ושכלית. מחקרים רבים מציינים את חשיבותם של חברים לאורך מעגל החיים ובזיקנה. לחברות בשונה מקשרים משפחתיים יש אופי של בחירה, היא נושאת חותם של הערכה הדדית לצד חוויות משותפות משנים ארוכות של היכרות. לחברים קרובים יכול להיות תפקיד משמעותי ומקור תמיכה חשוב בהתמודדות עם אתגרי הזיקנה בכלל ועם מצבי לחץ בפרט. בתוך הרשת החברתית של האדם המבוגר מייצגים החברים את קבוצת השווים על בסיס של מאפייני גיל, מעמד משפחתי וכו'. חברות מעניקה תמיכה ל"אני" ואישור מחודש לדימוי העצמי בזיקנה.

מחקרים מצביעים על כך, שקשרים חיוביים עם חברים משפיעים לטובה על מצב הבריאות הגופנית והנפשית כאחד. הוכח שהם גם עוצרים את הירידה הקוגניטיבית בזיקנה. קשרים אלה הינם גם צורך של כל אדם בביטחון, אהבה, ובתחושת משמעות, ומבאר את נחיצותם של קשרים משמעותיים שאינו נגרע עם השנים ואולי אף מתחזק בזיקנה. חשובה היא איכות הקשרים ולא כמותם.

**לילה אחד, מרקוביץ - איילת-גונדר-גושן**



חלקנו בוודאי זוכרים איך בערב מלחמת העולם השנייה, כששערי הארץ נסגרו בפני יהודים וסרטיפיקטים (אשרות) הונפקו על ידי הבריטים רק למתי מעט, יצאו בחורים ישראלים מתנדבים לאירופה במטרה להביא לארץ נשים להן יינשאו בנישואים פיקטיביים ובכך יערימו על השלטונות. ידועים גם מקרים שגברים יצאו, נישאו, התגרשו עם הגיעם ארצה וחזרו שוב להביא אישה נוספת. עלילת הספר מספרת על קבוצת בחורים וביניהם אחד- יעקוב מרקוביץ, דמות נלעגת-משולי החברה, לא תואר ולא הדר לו, שאיתרע מזלו ונספח אל חבורת הבחורים ובגורלו נפלה האישה היפה ביותר שכולם חפצו בייקרה, אך בהגיעם ארצה ובעומדם לפני הרב לקבל את הגט כמוסכם... כאן מסתבכת העלילה וההסתבכות מפתיעה ומשנה כיוונים... הדמויות המשניות בספר הם אנשי ההתיישבות העובדת בצד אנשי חיל שנלחמו על הקמת המדינה. תיאטרון בית ליסין העלה הצגה (מומלצת ביותר) ושמה כשם הספר והיא מוצגת בימים אלו. וגילוי נאות- אבא שלי היה גם הוא מאותם גברים שיצאו לאירופה להביא נשים במסווה של נישואים פיקטיביים אלא שאותה אישה, בהגיעם לארץ, סירבה לקבל את הגט בהאמינה שהנישואים האלה יכולים לשאת פרי. שנתיים היה אבי כבול בנישואים שלא חפץ בהם...

**מי מכיר? מי יודע?**

מאת: יצחק (צ'קלה) גולדפינגר

**דבורה אוקרייניץ (עקרון)**



דבורה נולדה בשנת 1907 ברוסיה למשפחה ציונית שעלתה לארץ ישראל בשנת 1911 בהיותה בת ארבע בלבד. המשפחה התיישבה בנווה צדק והאב החל לחפש מקורות פרנסה. באותה עת נפתחה יוזמה של ארגונים ציוניים להקמת עיר עברית בעזה. נאמנה להגשמת המטרות הציוניות עברה המשפחה לעזה והצטרפה לגרעין שהתמקם שם.

בעת מלחמת העולם הראשונה (1914-1918) הופגזה עזה בידי האנגלים שניסו לכבוש את ארץ ישראל מידי הטורקים ששלטו בה אז, והמשפחה עברה לאל-עריש שם עבדה אם המשפחה כאחות בבית החולים המקומי.

עם תום המלחמה וכיבוש ארץ ישראל בידי הצבא הבריטי בראשותו של הגנרל אלנבי חזרה המשפחה לנווה צדק. דבורה ביקשה ללמוד בבית הספר החקלאי במקווה ישראל בו למדו אז בניו בלבד. רק התעקשותה של דבורה הביאה אותה לראיון בפני המנהל המיתולוגי מר קראוזה ולהפתעת הכול התקבלה ללימודים והייתה לנערה הראשונה (והיחידה), שלמדה אז במקווה ישראל כולל לינה במעונות התלמידים.

עם תום לימודיה שינתה דבורה את מסלול חייה והחליטה ללמוד פרקטיקה כאחות ציבורית. לשם כך נסעה בשנת 1928 ללמוד באוניברסיטה האמריקאית בבירות שם כבר למדו חמישה עשר תלמידים ארץ ישראלים שיצרו אווירה מיוחדת במינה ואף הקימו ארגון יהודי בשם "קדימה" שריכז בתוכו את כל התלמידים היהודים במקום.

עם סיום לימודיה חזרה דבורה לארץ ובשנת 1932 החלה לעבוד בבית חולים העמק בעפולה. לאחר מכן שובצה דבורה לעבודה כאחות בקופת חולים בחדרה שם כיהנה כאחות "טיפת חלב" בהנהלתו של ד"ר סולובצ'יק. בשנת 1933 נישאה לבחיר ליבה החדרתי שבתאי אוקרייניץ והרחיבה את תחומי עיסוקה כאחות בכך שהתמקדה בחיסוני ילדים והייתה אחראית על הנושא באזור כולו.

במקביל התגייסה דבורה לשרות "ההגנה" ולאורך שנים עסקה בעיקר בקליטת ההעפלה הבלתי ליגלית שהייתה אז לב ליבה של הפעילות בחדרה ובאזור. דבורה העמיקה עיסוקה בתחום חיסוני הילדים והתמקדה בנוסף בנושא רגיש במיוחד לתקופה, מחלת השחפת. בחדרה הוקם סניף של "הליגה למלחמה בשחפת" בראשותו של ד"ר פודשופסקי, ודבורה התמסרה לטיפול במחלה ומניעתה ולשם כך גם למדה ביפו את רזי החיסון למחלה. יש לציין שאת צילומי הריאות שעשו במכון פיתחו במעבדה של הצלם קריסטל מחוסר מכשור מתאים.

בנוסף פעלה דבורה רבות בחיסונם של ילדי יהדות תימן שהגיעו ב"מרבד הקסמים" והתיישבו בנחליאל ונזקקו לטיפול צמוד ומסור של אחיות קופת חולים. לדבורה ושבתי נולדו שלושה בנים, יגאל שלמה וישע. גם שבתאי בנוסף לעבודתו כחקלאי התמסר לעבודה ציבורית ובמיוחד לעזרתם של הפועלים בחדרה.

דבורה נפטרה בשנת 1999 בגיל 92 כאשר היא משאירה אחריה מורשת של אהבת האדם ועבודה בלתי נלאית תוך מסירות למקצוע האחות בפרט והרפואה המונעת בחדרה בכלל.

**תלם**  
סילוגי סילוף בלתי

קבלת קהל במשרדי העמותה בימי שלישי

**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**  
**גריןברג כלנית: 050-4440009**

העמותה למען הקשיש חדרה

המחלקה לאזרחים וותיקים

**הטלוויזיה הקהילתית של חדרה**

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

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

**להלן כתבות מגזין חודש אוקטובר 2019**

1. יוצרת מאהבה - שולה לוי
2. גל רודף גל - שוש אובר
3. מכלכלה לאומנות - סול צ'כובסקי, יורי כצמן, דוד עמיאל, אילן אשחר
4. גינת אסף - מרים פלינק, תושיה שעיבי, צביקה פינמן

# תשבץ אוקטובר 2019

## מאת: זהבה עמל

9		8	7	6		5	4	3	2		1
				11					10		
				15			14			13	12
	22			21		20	19		18	17	16
		28	27		26	25		24			23
	33	32		31					30		29
		37				36			35		34
			40	39							38
45		44		43				42			41
			51		50	49			48		47
	57	56			55		54			53	52
			61			60		59			58
								63			62

### מאוזן

1. יום טוב החל החודש (2, 5) 6. מארבעת המינים
10. מארבעת המינים 11. מארבעת המינים 12. גוף שלישי רבים 14. גבעה רמה 15. חרק מעופף
16. חברת תעופה ישראלית 19. מילת בקשה 21. בל 22. קול הפרה 23. אבסולוטי, מוחלט 25. אילו, בתנאי 27. שקט 29. מהגפיים 30. גלולה, כמוסה
32. מכשיר, חפץ 34. תשלום, ריצוי 36. מארבעת המינים 37. מטע גפנים 38. חם ולח 39. שמא אולי 42. מקור מים גדול 43. ברכה בשבת 46. ישן 48. עצם מהר 49. עיר בישראל (ר"ת) 51. נינוח, נופש 52. מהיר, אקספרס 55. מאור קטן 56. אבן נגף, תקלה 58. האורחים הסוכה 61. בעל דימיון מפנטז 62. ארשת פנים הבעה 63. היום השמיני של סוכות (4, 4)

### מאונך

1. שם נוסף לחג (2, 5) 2. טנא 3. קרס 4. ארוסה 5. מלחין אוסטרי 6. הר ליד הכנרת 7. דגן חיטה 8. יהירות, גאווה 9. ערגה, כיסופים 11. אמיץ, גיבור 13. מנגינה, לחן 17. טס, דואה 18. מום, פגם 20. ריבוי, נעלה 24. טוטפת, רצועות עור לתפילה (ביהדות) 26. תינוק אך נולד 28. כיסוי גג הסוכה 31. יכולת, כוח עבודה 33. לאט במוסיקה 35. כוח לוחם 40. בן הנכד 41. נהר בגולן מיובלי הכנרת 44. בולדוזר, מחפר 45. כמה ימים ישבו בסוכה 47. היזון חוזר, פידבק 48. מלאך, כרוב 50. מורה לילדים קטנים 53. הגון, נאמן 54. תכשיט לאף 57. מלמלה, רדיד 59. קיים, ישנו 60. גיל הנשואים 61. מילת קריאה



## הצצה להלצה

### מאת: יאשיהו וולשטיין

**הקמץ ועכברו**  
קמץ אחד גילה שעכבר מתחבא בביתו ושאל משכנו מלכודת עכברים. רק מה, התקמץ להשאיר לעכבר גבינה ושם תמונה של גבינה שגזר מהעיתון. למחרת, הוא קם לבדוק את המלכודת וגילה שהעכבר הניח בתוכה תמונה של עכבר...

**או זה או זה**  
זוגתי שתחיה אמרה לי: "אני רוצה שנתחתן ונהיה מאושרים". ענית לה: "תחליטי או זה או זה."

**מי הבוס?**  
מנהל המחלקה שלנו התלונן שהעובדים אינם מכבדים אותו. למחרת תלה שלט גדול על דלת משרדו שעליו כתוב "אני הבוס". כששב מהפסקת הצהריים גילה שמישהו הוסיף בכתב ידו: "אשתך התקשרה והודיעה שהיא רוצה את השלט שלה בחזרה."

**הבית המבולגן**  
אשתי ששבה מהעבודה שאלה: "למה הבית מבולגן?" ענית לה: "זוכרת שלפני החתונה אמרתי לך שאהפוך את העולם בשבילך? אז זהו שההתחלתי מהבית."

תהיה שנה פשוט טובה  
תהא שנת פריחה  
תהא שנה פוריה



## מהמטבח של סבתא

### מאת: רות לפידור

### פאי תפוחי עץ

(תבנית עגולה בקוטר 26 סמ')

**חומרים לבסיס**  
בצק פריך מתוק של "מעדנות" למלית

7 תפוחי עץ מסוג גראנד גדולים, קלופים וחתוכים לקוביות גדולות  
100 גרם סוכר  
20 גרם חמאה  
קורט מלח  
1 כפית תמצית וניל  
מיץ מלימון אחד  
1 כף קורנפלור

**ההכנה:**  
**אפשר להכין יום קודם**  
בסיר רחב מחממים סוכר ומלח עד להשחמה קלה. מוסיפים את כל שאר החומרים מלבד הקורנפלור. מבשלים עד ריכוך התפוחים כ-10 דקות. מסננים את הנוזלים לקערה ומקררים. מוסיפים אליהם את הקורנפלור, מערבבים היטב ושופכים על התפוחים.

**האפייה**  
מרפדים תבנית פאי בנייר אפיה. משטחים מעל את הבצק, משאירים חלק ממנו לקישוט. אופים ב-180 מעלות עד השחמת הבצק. מניחים את התפוחים מעל הבצק האפוי. חותכים רצועות דקות משאריות הבצק ומניחים מעל התפוחים בצורת שתי וערב. מחזירים לתנור ואופים עד השחמת הבצק העליון.

**טיפ:** לאחר שהעוגה מתקררת אפשר לשלוף את נייר האפייה שמתחת לבצק.



# חודש ההצלעה לאזרחים ותיקים

## הנכם מוזמנים לקחת חלק באירועי חודש ההצלעה בחסות ראש העיר צביקה גנדלמן



שותפים	עלות	מיקום	פעילות	תאריך
אמנים אזרחים ותיקים	כניסה חופשית	בית האמנים מתחם "יד לבנים"	פתיחת התערוכה "מלאכת מחשבת 5 - סימני הסתיו" (נעילה: 27.11.19). אוצרת: חוה גדיש	יום ראשון 3.11.19 בשעה 19:00
	10 ש"ח	בית האבות "עד 120"	מופע "פיתה של פדירה" : מופע סטנדאפ משעשע וחיוני	יום שני 4.11.19 בשעה 10:00
המשרד לשוויון חברתי, מרכז יום קהילות תומכות, מועדונים חברתיים	10 ש"ח	אולם רנה שני	מופע "ממדריד עד בואנס איירס" : רפי גודלס (חוליו איגלסיאס הישראלי) בליווי גנים ורקדנים מופע "יושב על המדר" - להקת טרנזיסטור במחווה לאריק איינשטיין	יום רביעי 6.11.19 בשעה 10:00 יום שני 11.11.19 בשעה 18:00
המשרד לשוויון חברתי	10 ש"ח	אולם רנה שני	צעדת הגמלאים יציאה ממרכז היום סיום בחוף הים	יום רביעי 13.11.19 בשעה 9:00
מרכז פנאי בית אליעזר	20 ש"ח	מרכז פנאי בית אליעזר, השיף 7 אולם רנה שני	"הצעת אונדה - אולי בכל זאת" : סיפור מרתק במיוחד על קניה וטכניקה מרצה: מתי חי. הצגה "ראיתי דוליפנים עפים" אקיימטרון - דיורי אק"ם חדרה	יום רביעי 13.11.19 בשעה 19:00 יום חמישי 14.11.19 בשעה 19:00-11:00
מוקד קליטה, מועדונים מועשרים	כניסה חופשית	פיאצה אולם רנה שני	חג הסיגד תהלוכת הסיגד מהפיאצה עד אולם רנה שני מופע של מקהלת שבא והצגה "האור של אלמד" תערוכה "תרפיה באמנות" בהשראת הקריקטוריסט חנוך פיבן, אוצרת: רמה יאזמה יריד מכירה "ידי זהב" - עבודות יד של בני הגזיל השלישי	יום ראשון 17.11.19 בשעה 18:00 בשעה 20:00 יום שני 18.11.19 בשעה 18:00 ימים שלישי ורביעי 19-20.11.19
	כניסה חופשית	קניון עופר לב חדרה, קומה א'	ד"ר אי"ן - בריאות ושמחת חיים	יום רביעי 20.11.19 בשעה 10:00
מוללה	20 ש"ח	אולם אירועים מתחם "יד לבנים"	הרצאה "זיכרון שיכחה ומה שביניהם" ד"ר נתי בלום	יום שני 25.11.19 בשעה 18:00
	כניסה חופשית	מרכז יום בקר, רח' חנקיז	הצגה "יש חופא באולק" תיאטרון "הבימה"	ימים שני, שלישי, רביעי 25-26-27.11.19 בשעה 20:30
	70 ש"ח	אולם רנה שני	ערב זמר "טיול מוסיקלי בארצנו הקטנטונת" בחובלת ובהנחיית ניר גולדברג	יום רביעי 27.11.19 בשעה 20:00
מרכז פנאי בית אליעזר	30 ש"ח	מרכז פנאי בית אליעזר, רח' השיף 7		

למטופלים למרכזי היום בחודש  
ההצעה, 5 ימי אירוח ללא תשלום.  
טל': 04-6323331

לפרטים ולרישית כרטיסים והזמנות:  
המחלקה לאזרחים ותיקים: 04-6303367, אולם רנה שני: 04-6210662  
בית צבי: 04-6226113, נעמ"ת: 04-6346981, עמותה למען הקשישים: 04-6345856, מרכז פנאי בית אליעזר: 04-6207540, יוא: 04-6323540, בית אבות עד 120, עלילה: 054-5964587

למטופלים לקהילה תומכת בחודש  
ההצעה, 3 חודשי מני בחצי מחיר