

"הפורטרט הבין דורי" בחדרה

מאת: עמליה (מלי) רוטמן



ב"תיכון חדרה" נפתח פרויקט מיוחד הנקרא "הפורטרט הבין דורי", המפגיש ניצולי שואה ודור שני של ניצולי שואה עם תלמידים ומציע הזדמנות נדירה לניצולים ולבני הנוער להציץ זה בזה מבעד לעדשת המצלמה. בעזרת המצלמה ב-12 מפגשים שבועיים, יוכלו המשתתפים לגעת, להתקרב, להתבונן, לשקף, למסגר,



להסתכל דרך זוויות ראייה מיוחדות ולייצר פורטרט משותף החובק שני עולמות שונים ומשקף דיאלוג בן דורי חשוב ברמה האישית והחברית. לדברי המנחות **סיגל הראל מור ושיבי איסמן**: "לכל אחד מאיתנו יש סיפורים, שמשתנים עם הזמן, המקום והגיל. סיפורים שמלווים אותנו כל חיינו, שאנחנו אוספים לאורך הדרך, שנמצאים אצלנו בראש וסיפורים שמשתקפים לנו מהסובבים אותנו. אבל מה קורה כשמפגשים שני סיפורים של זמן אחר ומקום אחר, עם פער גילאים. איך הם משתקפים זה בזה? היכן הם חופפים? איך נראה הפער ביניהם? כאן נכנס לתמונה ה"פורטרט הבינדורי".

במפגש הראשון שהתקיים בספריה בתיכון חדרה, נכחו ניצולי שואה ובני הדור השני וכן תלמידי כיתת התקשורת עם הרכזת טל. המפגש החל בסקרנות ובניסיון להבין ולתהות במה מדובר. את החששות והמבוכה, בעיקר של התלמידים, הפיגו שתי המנחות שהנחו במקצועיות רבה את המפגש המעגלי. אחר כך בעבודה בקבוצות, הפשיר הקרח ונוצרו קשרים מעניינים בין הילדים למבוגרים. המיזם משותף למחלקה לאזרחים ותיקים באגף הרווחה ואש"ל ולמגמת התקשורת בתיכון. **בסיום הפרויקט יוצגו הדיאלוגים הבינדוריים בתערוכת צילום.**

סרטים באולם רנה שני

6/5/2018 יום א' בשעה 16:00 אהבתה מרתיחה את מי האמבט

27/5/2018 יום א' בשעה 16:00 מודי

לפרטים נוספים: נגה הסל 054-8007997

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

קבלת קהל במשרדי העמותה בימי שלישי

תלם

שירותי סיוע סיעודי

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

גריןברג כלנית: 050-4440009



מרכז בקר לאזרחים הוותיקים ע"ש אדל

אם אתם מתמודדים עם הורה או בן משפחה הסובל מבעיות זיכרון וירידה קוגניטיבית, (דמנציה, אלצהיימר) מרכז בקר של העמותה למען הקשיש חדרה, מיועד עבורכם.

מרכז בקר הינו מסגרת טיפולית התומכת באדם ובמשפחתו, ומתמחה במתן התערבות סביבתית מקצועית שמטרתה שימור היכולות והתפקודים הקיימים. המרכז ממוקם בשכונת האוצר ופועל 5 ימים בשבוע בין 7:30-14:30. המרכז כולל מגוון רחב של פעילות חברתית תרבותית: התעמלות, אקטואליה, חממה טיפולית, מוסיקה, אומנות ועוד.

המבקרים נהנים משירותים אישיים כגון, הסעות הלוך ושוב וארוחת בוקר וצהריים.

במרכז צוות מטפלות מסור חם ומקצועי, ושירותים מקצועיים של אחות, עו"ס ומרפאה בעיסוק.

כמו כן פועלת במרכז קבוצת תמיכה והדרכה לבני משפחה, מטפלים ועובדים זרים.

במרכז היום חדר סנוזלן חדשני ומרהיב וייחודי למרכז בקר אותו מפעילה המרפאה בעיסוק.

סביבת הסנוזלן מהווה עבור הקשישים מקום ליצירת קשר פרטני, יצירת תחושת אינטימיות ושיתוף, ולקחת פסק זמן מהסביבה הדינאמית ומלאת הגירויים.

המבקרים במרכז בקר זוכים למענה חברתי, לפעילויות ומרחב המותאם עבורם.

ניתן להגיע ולהתרשם.

נשמח לענות לכל שאלה: 04-6345856

דבר המערכת

מאת: ימימה לוי

חג השבועות נקבע ביום החמישי מליל שני של פסח. אין תאריך בתורה, אך הוא נופל על ו' בסיון. המאורע המיוחד שארע בו הוא כמובן מתן תורה. ביום זה נעשינו עם מתורבת עם חוקים של עשה ואל תעשה. במעמד זה כרת הקב"ה עימנו ברית וכינה אותנו "עם סגולה" ו"גוי קדוש". בליל החג נוהגים לקיים "תיקון ליל שבועות". לומדים בבית הכנסת כל הלילה מהתנ"ך ומהתורה שבע"פ (משנה, תלמוד, מדרשים וכו'). יש שלומדים בחברותא (בשניים), ויש שניתנות שם הרצאות ושיעורים. ה"נועזים" אף שרים ויוצאים בריקודים. למה לומדים? ברור, קיבלנו את התורה בהצהרת: "עשה ונשמע". ממתי רווח מנהג זה? ומה אנו מתקנים? לשאלת הזמן, אחת הדעות היא שהמנהג קדום, אך חודש במאה ה-16 ע"י המקובלים מצפת. מה שברור שמנהג זה התפשט בכל קהילות ישראל ברחבי הגולה. ועתה לשאלה מה עלינו לתקן? ובכן, העיוות שעלינו לתקן הוא קלקלתם של בני ישראל, שבלילה שלפני מתן תורה לא התרגשו מספיק לאירוע הממשמש ובא, שקעו בשינה עמוקה ומשה היה צריך להעירם, וזה למרות שהתכוונו שלושה ימים למעמד הר סיני. הם חטאו כשישנו, אנחנו נתקן כשנישאר ערים. בילדותנו, הנשים היו מגישות אוכל מפנק לגברים הלומדים, שהרי "אם אין קמח, אין תורה". כיום חל מהפך! הנשים נעשו למדניות לא פחות מהגברים. הלימוד אינו נחלתם של הגברים בלבד. הן מנהלות בליל שבועות קבוצות לימוד בבתי הכנסת. ואגב למי שחושב ש"עם סגולה" "גוי קדוש" הם כינויים שבסיסם גזעני, שיקרא את כל הטקסט ויבין שהכול בתנאי שנתנהג כראוי לעם סגולה. ומי מהגויים שמעוניין להצטרף ל"מועדון" הזה של "עם סגולה", יכול גם יכול, באותו תנאי שהתקבלנו ל"עם הסגולה": "אם שמעו תשמעו בקולי, ושמרתם את בריתי" (ר.ל. רות המואביה).

איחולי לכם לתיקון ליל שבועות שמח ומושלם!







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 אמנים במידת הצורך.
- * מסייעים בפתרון בעיות.
- * פעילות חברתית מגוונת הכוללת: מסיבות ואירועים בחגים, הרצאות, טיולים, נופשוים.
- * 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
- * יעוץ רפואי טלפוני (כולל הפנייה לביה"ח).

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

לפרטים והרשמה:

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



כיוון חזק



מאי 2018 | תמוז תשע"ח

עיתון גימלאי חדרה

עורכת ראשית: יונה מאור

חברי המערכת: חוה גדיש, יצחק גולדפינגר, יאשיהו וולשטין, יפה וינקר, רחל לילין, 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.

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

פקס: 04-6247537

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

עריכה גרפית והדפסה: אור גרפיקה והדפסות.

איזה רופא בן חיל, אשר איננו נח!

ראיון עם ד"ר דויד זקס

מאת: ימימה לוי



ד"ר דויד זקס, נולד בסיאטל וגדל בשיקאגו (בן 67, עלה בשנת 79). הוא יצא לגימלאות לאחר 26 שנות עבודה במחלקה הנפרולוגית בב"ח "הלל יפה", כסגן ראש המחלקה של מכון הדיאליזה (נפרולוגיה עוסקת באבחון ובטיפול של מחלות כליות). עם פרישתו, היה לו ברור שהוא אינו מתכוון לזנוח את התחום הרפואי. מראשית דצמבר ד"ר זקס חזר לאהבתו הגדולה: הרפואה. הוא עובד במרפאת קופ"ח כללית בשכונת הפארק, כיועץ נפרולוג, שלושה בקרים בשבוע. על היתרונות של עבודה זו הוא מסכם זאת כך: "אני מרוצה מאד מעבודתי הנוכחית. יש לי מספיק זמן להתרכז בחולה. עם כל הקידמה הטכנולוגית שדרכה ניתן לראות ממצאים רבים המקלים מאד על האיבחון, אסור לוותר על הגישה "המיושנת", להקשיב לחולה ולבדקו. אני נהנה מכך שאין שיגרה ושיש אתגר שכלי לאבחן את החולה."



מכיוון שדויד שומר מצוות, שאלתי על הרקע היהודי שלו. דויד הסביר שלמרות שהוריו היו יהודים גאים והאווירה בבית הייתה בהחלט עם מודעות יהודית, תרבותית חינוכית, הם לא ייחסו כל חשיבות לפולחן הדתי. מהיהדות לקחו רק את המסרים החברתיים מוסריים, כמו "תיקון עולם". הם היו תחת השפעת השמאל האמריקאי. אמנם הדליקו חנוכיה אך אפילו לא חגגו לדויד בר מצווה. על ישראל לעומת זאת, דיברו באהדה.

דויד מספר: "עוד לפני שהכרתי את חנה אשתי ואפילו לפני שעליתי לארץ הבנתי שאני צריך להעמיק בנושא היהדות ולפתח בו מעורבות אישית. לא רציתי להישאר כפי שהייתי. השתוקקתי לשינוי. כשהכרתי את חנה שגדלה על בירכי היהדות האורתודוקסית, זה היה מפגש מבורך. דתיותה לא רק שלא הרתיעה אותי אלא עזרה לי לעשות את השינוי המקווה. למעשה, עוד לפני שנפגשנו, קניתי לי כלים חדשים והחלטתי על שמירת כשרות."



כשהגעתי לביתם של דויד ואשתו חנה, נדהמתי למראה צעצועי עץ שהוצגו בפני, כולם מעשי ידי דויד. צעצועי העץ הם גם ביטוי לנושא שמירת הסביבה ששניהם מאמינים בו בכל מאודם. הם מתנגדים לפלסטיק המזהם ומקפידים על שמירת כללי המיחזור. נאמנים לדרכם, הם מכינים משארות המזון קומפוסט לגינה. חנה ודויד "משתפים פעולה" גם בריקודי עם, מזה עשרות שנים. הם רוקדים פעמיים בשבוע. דויד מתלווץ שזה גם היה ה"דבק" לחתונתם.. לא תאמינו, דויד שמנגן בכינור מגיל 5, מתאמן בכל יום בנגינה (עכשיו עובד על קונצ'רטו של דבז'אק). ומכיוון שחנה זוגתו מספרת סיפורים בגני הילדים, הוא מצטרף אליה לעיתים כאחראי על "בית הקטרים" שבנה.

הוא "נהג הקטר", עם מדים כמובן. עוד תחביב (כן,כן!),

דויד וחנה אינם נזקקים לשיפוצניקים. הוא משתלט גם על עבודות אלה. ואחרון חביב, דויד מאוהב בשפה העברית.

הוא מרבה לקרוא היסטוריה צבאית וספרי יהדות. בפרוזה- מעריך את הסופר, הרב חיים סבתו. מקומו של התנ"ך לא ניפקד: הוא קורא בתנ"ך לפי הסדר, בקצב שלו. עליו נאמר בספר משלי: "חזית איש מהיר במלאכתו, לפני מלכים יתייצב."

נראה לכם שדויד בפנסיה?

העמותה למען הקשיש בחדרה
מטיילת בהנאה עם

העלוויזיה הקהילתית של חדרה
אנו משדרים בערוץ הקהילתי 98 ב"הוט" ו"יס"
ימי שלישי בשעה 14:30 ימי חמישי בשעה 18:30

להלן כתבות מגזין חודש יוני 2018

1. גלריה בעמק חפר - עדי שיטה, עמירם גולדשמיד, שלמה בובה
2. יריד וינטג' בזיכרון יעקוב - עמירם גולדשמיד
3. גלגולו של בית אריזה במשמרות- אמנון פלטיין
4. טיול חברי הטל"ק בעוטף עזה- מיכאל פרטוק
5. אגמון חפר - עמירם גולדשמיד, צביקה שפרן, תשיה שעיבי, צופנת שליט, מרים פלינק

העמותה למען הקשיש בחדרה
מטיילת בהנאה עם

טלפון כולן ירון 8288

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

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

מה נשתנה ב-70 שנה? מאת: חוה גדיש

כשנכדי שרו בליל הסדר את הקושיות של מה נשתנה חשבתי בליבי: באמת, מה לא נשתנה? במהלך חיי עברתי שינויים אדירים בכל תחומי החיים. החלטתי לכתוב אחדים מהם ואתם תוכלו להוסיף כראות עיניכם.

מגורים כשעלינו לארץ בעלייה הגדולה גרנו באוהל, בצריף, בפחון, ללא מים ללא חשמל ואפילו ללא שירותים, שהיו משותפים לכל המעברה. אנחנו היינו עולים חדשים, אבל שלא תחשבו שהוותיקים גרו בוילות. הבתים דאז היו חדר אחד, לפעמים שני חדרים ללא שירותים בבית, אלא בחצר. לרוב גם ללא חשמל ומים זורמים (חמי שבנה את ביתו ב-1936 הכין חדר שיהיה למקלחת, אבל בינתיים הסתתרו בחדר מעפילים). מובן שגם אז היו כמה בתי עשירים. כשעברנו לשיכון בבית אליעזר כבר היתה התקדמות: שני חדרים עם שירותים ומים זורמים, אבל ללא חשמל אלא עששית נפט. עם השנים גדלו הבתים נוסף חדר ועוד חדר והיום לכל ילד יש חדר פרטי. שירותים בתוך הבית ולא רק אחד. מים וחשמל זורמים חופשי ואפילו ג'קוזי יש. הבתים גדלו לרוחב ולגובה והתברכנו בגורדי שחקים לרוב, שמסתירים את הנוף.

אוכל קדימה אוכל! את הצנע זוכרים? 650 אלף חלוצים קלטו מספר זהה של עולים. אז מאיפה שיהיה אוכל לכולם? אין ברירה צריך לקמץ באוכל. לעשות חלוקת משאבים בשיטת הצנע: 5 ביצים לשבוע לילד, חצי ליטר חלב ליום, חצי לחם וכדומה. איך מבצעים את זה? פשוט מאד - פנקס תלושים! מסרת תלוש קיבלת עוף. נגמר - חכה לשבוע הבא.

לכו תראו איך השתנתה המכולת השכונתית הקטנה לסופר ענק, שלא רואים את הסוף והולכים בו לאיבוד. איך השתנו הפריטים המעטים לשפע אין סופי של מוצרי מזון מכל המינים ומכל הסוגים. איך צצו בתי קפה ומסעדות בכל פינת רחוב, כמו פטריות אחרי הגשם. ואיך עלו המחירים של כל המוצרים האלה עד שהכסף כבר לא היה שווה והיה צריך להחליף את הגרוש לאגורה ואת הלירה בשקל חדש.

תעסוקה ותעשייה הכפלת אזרחי המדינה לפני 70 שנה יצרה בעיה נוספת: אין מקומות עבודה, יש עודף ידדים עובדות. במה יעסיקו את העולים? רבים נשלחו לעבודה חקלאית. אמי קטפה עגבניות, אבי קטף תפוזים והם היו מאושרים שמצאו יום עבודה. אבל זה לא הספיק והתחילו להקים מפעלי תעשייה. בחדרה הקימו באותה התקופה את מפעלי נייר ואת אליאנס, שסיפקו תעסוקה לרבים. כיום ההייטק הוא השיא החדש, שישראל מתקדמת בו במיוחד ומייצאת אותו לעולם. ההמצאות הישראליות מככבות בכל תחומי החיים ובכל ארצות העולם. כמעט שאין תחום טכנולוגי מתוחכם שישראל לא מובילה או לפחות שותפה בו.

איכות חיים לפני 70 שנה היה בקושי רדיו אחד בכל השכונה וכל השכנים באו לשמוע בצוואת את החלטת האו"ם על החלוקה. אחר כך הרדיו היה בכל בית. ואז הפך לטרנזיסטור שהסתובבו איתו ברחובות והיום הוא נמצא רק במכוניות והנהגים שומעים רדיו בדרך. כשהטלוויזיה שחור-לבן הגיעה לביתנו אחרי מלחמת ששת הימים, אמר אבי ז"ל בישיבתו מול קופסת הפלא: "מי היה מאמין שאני אראה קולנוע בתוך הבית שלי?" רק עברו כמה שנים והוא ראה טלוויזיה צבעונית בביתו. היום מסכי הטלוויזיה החדשים חכמים: בלחיצת כפתור המסך יהפוך למחשב, אפשר לחבר אליו דיסק און קיי ולראות מה בא לך בלי קשר לטלוויזיה. אפשר לחבר אליו אינספור משחקי ילדים ומבוגרים והיד עוד נטויה. לפני 70 שנה לא היה מקרר בבית. לסוף השבוע היינו קונים גוש קרח, שמים בגיגית ועליו שמנו את האוכל. אחר כך קנו ארון קרח. את גוש קרח שמו בתוכו כמו מקרר. היום יש מקרר חשמלי ענק בכל בית ולא אחד בלבד אלא גם מקפיא ויש גם מזגן שיכול להקפיא את כל הבית. אפילו המאווררים כבר הושלכו לפח.

הטלפון ואחריו הפלפון לפני חמישים שנה הזמנתי טלפון. לקח 8 שנים עד שהטכנאי של בזק התקין אותו בביתי. אגב לפני 70 שנה מי בכלל חלם על טלפון? למרות שהוא כבר היה קיים בעולם. אבל אני רוצה לדבר על

פלא פלאי פלאים היא הקופסה הקטנה שמשמשת לא רק כטלפון נייד (טלפון סלולרי בלעז), בעוד שימושים רבים: ספר טלפונים ובו כתוב הכול על בעל המספר, כולל כתובת ואימייל ומה לא? אם אני רוצה כמובן. הנייד הזה הוא גם WhatsApp וגם SMS זאת אומרת שאני בכלל לא צריכה לדבר, אני יכולה לשלוח הודעה כתובה ואני יכולה גם לשלוח תמונה וסרטון ובדיחה ושוב מה שאני רוצה. בקלות הוא ישרת גם עיוורים. אין צורך לחייג מספרים העיוור אומר לנייד למי לחייג והוא מבצע, והוא גם קורא לעיוור את ההודעות שהגיעו. אפשר לראות בנייד הזה טלוויזיה, חדשות, סרטים ולשמוע מוסיקה בלי סוף. אבל הוא גם מצלמה משוכללת ביותר, שמצלמת אפילו סלפי והוא גם מסרטה, הוא יכול גם להסריט סרטים ולשמור את הכול אוטומטית. הנייד הוא גם Waze, שזה מכשיר ניווט משוכלל ביותר (המצאה ישראלית, כמובן) שיוביל אותנו בדרכי העולם במקום המפה שבעזרתה רק לפני 20 שנה, ניווטתי את בעלי כשנהג ברכב. הנייד הוא גם מחשב קטן שיכול לעשות כל מה שמחשב גדול יכול: לכתוב, לחשב, להעתיק, לסרוק, לשמור, לזכור וגם להעביר ולשלוח למי שאני אחליט. ואגב, המחשב שהתחיל לפעול לפני כמה עשורים היה ענק ומילא אולמות שלמים. והנה הלך המחשב והצטמצם עם השנים עד שהפך למחשבון קטן נייד בכף היד. ואל תצחקו, הוא אפילו מראה, כדי שאני אוכל לשים אודם בכל מקום ובכל שעה. ולא לשכוח הוא גם פנס, והכל נדחק לתוך הנייד הקטן הזה ולא ניכר כי בא אל קירבו.

על מתנות, מתנות ושוב מתנות!?

מאת : עדי שיטה



מה לא נכתב על מתנות? זוכרים את הבונבוניירה של אפריים קישון? ובכן, קשה איתן וקשה גם בלעדיהן. אני אשת עקרונות. בשלב מסוים בחיים הודעתי בצורה גורפת-אם אתם מרגישים חובה, אז רק מתנה מתכלה, כזאת שאפשר לנגוס, לנשנש ולשתף, או כזאת שכשהיא מתיישנת- מקומה בפח. חפצים יציבים יש לי די והותר, אין יותר מקום בארון ויותר גרוע- חפצים שחייבים להציג בפומבי שמא ייכעסו נותני המתנה ויבחינו שהיא נעלמה.

אחרי הקדמה כל כך ארוכה אשתף אתכם גם בהמשך. בהתקרב יום ההולדת שלי אני נכנסת לחרדות. מה יעוללו לי הפעם ארבע הבנות היצירתיות שלי? השנה ניסיתי להקדים תרופה למכה והזמנתי אותן עם בני זוגן למסעדה יוקרתית באזור המרכז. העיתוי- ממש ביום ההולדת בלי דחיות. נהנינו מהצוותא וגם מהאוכל וגלידה לקינוח ואז זה בא. הוגשה לי מעטפה מזהבת ובתוכה שובר מפואר- הזמנה ליהנות בחמאם. איפה? במלון אלמא בזיכרון יעקוב. סבבה- עלו מדרגה. וזה בנוסף לשובר ארוחת בוקר לי ולבנות. איפה? באותו מלון ובאותו זמן.

למה חמאם? אי פעם בעבר סיפרתי במשפחה על חוויות בחמאם תורכי אמיתי באיסטנבול. וכשפרץ אצלנו האביב מימשנו את המתנה. מה אומר לכם? יום שישי, גשם רוח סערה (עלק אביב), שעת בוקר מוקדמת. אנחנו לארוחה ואני כמו שה לעולה. על האוכל והאווירה לא ארחיב- הכול היה ברמה. עם סיום הארוחה ובשעה היעודה, לבושה בבגד ים פגשתי את המטפל. אדם נחמד, שרירי (כך צריך), שעומד להעביר אותי סידרת... אני לא מוצאת מילה מתאימה. בקיצור, הושכבתי על אבן חמה על מגבת חמה, בשלבים ובהדרגה פרקו אותי, הזליפו שמן, היכו בשוטים ("עבודת יד") אמר המטפל. היה לי חם, היה לי קר שופשפתי בברזלית? הרגשתי כמו שניצל. ארבעים דקות שלמות. המטפל הזיע פלגים. יצאתי אדומה ומשופשפת ואפילו חפופת ראש בשמפו ריחני, ובחוך, על כורסאות חיכו לי ארבע הבנות. ומה הן עושות- שולפות מצלמות....

בסיכומי של דבר נהייתי מכל רגע- ובשמחה אקבל עוד מתנה שכזאת. אבל מה ימציאו בשנה הבאה? יש למה לחכות. ושווא מתנות יחיה. מתנות צריך לדעת לקבל- וגם לתת. לפעמים מעטפה עם ברכה – גם זאת מתנה. ושנהיה בריאים ונזכה לחגוג.

סיפורה של שכונת חפציבה ורחובותיה

מאת : יצחק (צ'קלה) גולדפינגר



בצפון מערבה של חדרה צפונית לשכונת נווה-חיים בחולות שבין שכונת יצחק לבין נחל חדרה נמצאת שכונת חפציבה. היא קרויה על שם אדמות חפציבה בה היה אזור הפרדסים וחוות בתי הפועלים על הגדה הדרומית של נחל חדרה במיזם של ראשית המאה הקודמת שנועד ליישב ולהפרות את המקום לאחר ייסודה של חדרה. שכונת חפציבה הנוכחית נבנתה בשנת 1946 על ידי חברת "עמידר" על אדמה של חברת "הכשרת הישוב" ובמימונה של חברה זו. השכונה הייתה אמורה להיות חלק מתכנית גדולה שלא מומשה. בתחילה נבנו בה 53 בתים חד קומתיים – 10 משפחתיים- כאשר בכל דירה 2 חדרים מטבח שירותים ומרפסת קטנה. לימים נבנו בשכונה גם מספר מבני ציבור כמו בית כנסת מועדון נוער

וחנות, אך את מירב השירותים הציבוריים מקבלת השכונה משכנתה נווה חיים ומחדרה העיר. מתיישביה הראשונים של השכונה היו בני העדה התימנית אך לימים נוספו לה גם בני עדות אחרות. השכונה ממתינה עדיין למימוש חזון התכנית הגדולה של ראשית המאה הקודמת, אך בינתיים מסתפקת בשכונת לחברת החשמל שרכשה את שטח החווה החקלאית חפציבה לגדת נחל חדרה, שיפצה ושדרגה אותה והקימה בה מכללה מקצועית לעובדי חברת החשמל.

רחובותיה של חפציבה נושאים שמות הנצחה של אירועים לאומיים: הרחוב הראשי הנמתח מכביש 4, "מבצע יהונתן", ושני הרחובות הרחוביים, "מבצע חורב" ו- "רחוב כ"ח באייר".

כצאי לקרוא

מאת: פנינה שחק



הדרך מאת קורמק מקארתי

בזמן שהייתי בארה"ב אצל בני, נפל לידי ספר, שהצעירים שהיו בטיול בהודו, קראו אותו והעבירו אותו מיד ליד.

התחלתי לקרוא ונשביתי בקסמו. את הספר מבקרי הספרות מכנים "יצירת מופת קאנונית שקשה להפריז ביופיה או בחשיבותה אך הפכה לאחת הפסגות המרשימות של העת האחרונה".

הספר מגולל סיפור מופלא של אב ובנו ההולכים לבדם בדרכים החרוכות של אמריקה השרופה. שום דבר לא זע בנוף פרט לאפר המתפזר ברוח, אובך קבוע המסתיר את אור השמש וקור מקפיא. הם הולכים לכיוון הים, אין להם דבר פרט לבגדים שלגופם, עגלת סופרמרקט ובה מעט שמיכות ואוכל שאספו בבתי הנטושים השרופים.

תיאורי הנוף המזוויעים משובצים במצבי התמודדות של ילד קטן ואב חולה השורדים מכוח האהבה והרצון לחיות. תיאורים של הרפתקאות והישרדות יום יומית גורמים לסקרנות ולהיטות לדעת מה יקרה בסוף המסע. תוך כדי הדרך, השניים משוחחים על קיום נואש ועל חמלה ורוך אין סופיים, המאפשרים לשני אנשים לשרוד אל מול ההרס המוחלט בו הם חיים.

בשנת 2007 קיבל הסופר את פרס פוליצר. המתרגם אמיר צוקרמן "העז" לתרגם את הספר לעברית גבוהה, ואני אישית, נהייתי מהשפה שהיום כבר לא שגורה ברוב הספרים העכשוויים.

הירידה בזיקנה באיזון שיווי המשקל של הגוף

מאת: רחל ילין



מערכת שיווי המשקל נמצאת ליד האוזן הפנימית והיא אחראית לספק לאדם מידע זמין ורציף בנוגע לתנועות גופו ומיקומו של הגוף בהתאם וביחס לסביבה. המערכת שולחת אותות עצביים מהגוף למערכת העצבים ועל ידי כך ניתן לשמור על איזון, ללכת בצורה ישירה ותקנית מבלי להתנדוד, לקום ממצב ישיבה לעמידה מבלי ליפול או לחוש סחרחורת, לשמור על יציבה ושיווי משקל תקין. עם הזיקנה כמו גם מערכות אחרות בגוף, גם מערכת שיווי המשקל נחלשת, מצב שעלול לסכן את יציבות הגוף ולגרום למעידות ונפילות.

חשוב לכן להיות מודעים לתופעה ולקדם תהליכי זהירות. נמצא כי בערך 9% מהאוכלוסייה הכללית בגיל הזהב סובלים מבעיות שיווי משקל אשר גורמות להם לבעיות, חבלות, טראומות, עלייה בשכיחות הנפילות והמעידות וכדומה. האבחנה המבדלת תיעשה ע"י רופא א.א.ג. והטיפול יינתן בהתאם. לרוב מדובר בטיפול תרופתי, והחשוב הוא לנקוט באמצעי זהירות כגון: לנעול נעליים מונעות החלקה, התקנת ידיות אחיזה במקלחת ובשירותים, חדר המדרגות, ובכניסה לבית. הזזת שטיחים העלולים לגרום למעידה. התקנת תאורה בחדר המדרגות ובכניסה לבית, וכן להימנע לצאת מן הבית עם רדת החשכה. התייעצות עם הרופא המטפל לגבי הטיפול התרופתי הקיים, ובמקרה הצורך לבצע הערכה מחודשת של מתן הטיפול.

נמצא כי בערך 9% מהאוכלוסייה הכללית בגיל הזהב סובלים מבעיות שיווי משקל אשר גורמות להם לבעיות, חבלות, טראומות, עלייה בשכיחות הנפילות והמעידות וכדומה. האבחנה המבדלת תיעשה ע"י רופא א.א.ג. והטיפול יינתן בהתאם. לרוב מדובר בטיפול תרופתי, והחשוב הוא לנקוט באמצעי זהירות כגון: לנעול נעליים מונעות החלקה, התקנת ידיות אחיזה במקלחת ובשירותים, חדר המדרגות, ובכניסה לבית. הזזת שטיחים העלולים לגרום למעידה. התקנת תאורה בחדר המדרגות ובכניסה לבית, וכן להימנע לצאת מן הבית עם רדת החשכה. התייעצות עם הרופא המטפל לגבי הטיפול התרופתי הקיים, ובמקרה הצורך לבצע הערכה מחודשת של מתן הטיפול.

מי מכיר? מי יודע? אהובה סבוראי

מאת: יצחק (צ'קלה) גולדפינגר



זהו סיפורה של אהובה סבוראי. בת נחליאל אחת מגיבורות השכונה שנולדה בגרה והטביעה חותמה על השכונה בפרט ועל חדרה בכלל.

אהובה שהייתה ראש לשכת ראש העיר חדרה במספר קדנציות נולדה בשנת 1928 למשפחת חממי בבית המיילדת של שכונת נחליאל רומי אריכא. הורי אימה עלו לארץ כבר בשנת 1910 אבל הגיעו לנחליאל רק בשנת 1912 שהיא שנת ייסודה של השכונה. הורי אביה עלו ארצה בשנת 1912 והגיעו ישירות לנחליאל. אביה של אהובה נרצח על ידי מר ערבי בשנת 1936 עם פרוץ המאורעות בארץ ישראל. אירוע זה השפיע רבות על אהובה ולמעשה התווה את דרכה הפוליטית והאידיאולוגית לתנועת הנוער בית"ר (בתמונה עם מדי בית"ר)

ולאחר מכן לאצ"ל. בזיכרונותיה המוקלטים המאוכסנים בארכיון מוזיאון החא'ן חדרה היא מקדישה מקום רב לדרכה זו תוך שימת דגש על המאבק בבריטים בימים של טרם מדינה. זיכרונות אלו מלמדים אותנו על הניגודים הפוליטיים בשכונה שהחלו עוד בגיל ילדות כאשר ההתמודדות המכרעת היא בין תנועת בית"ר ותנועת הנוער העובד.

הוריה של אהובה עמלו קשות לפרנסת הבית כאשר אביה (עד הירצחו) עבד במעצה המקומית חדרה והיה אחראי על פינוי הגזם מרחובות המושבה בעזרת העגלה והסוס שברשותו. אימה עבדה כעוזרת בבית שניאורסון וגם עסקה בכל עבודות ביתה שלה וכך דאגו לכל מחסורם ולגידול אהובה ואחיה.

אחת מפעולותיה של אהובה בנעוריה הייתה הדבקת כרזים בסתר נגד השלטון הבריטי. באחד הלילות נתפסה על ידי שוטר בריטי ונכלאה בבית סוהר בבית לחם שם הייתה אסירה במשך שנה תמימה.

בבגרותה נישאה לאבנר מסוורי והזוג שינה שמו לסבוראי לאחר שבנם דני יצא בשליחות לארה"ב במסגרת גדנ"ע אוויר ונצטווה לעברת את שמו. בחירת השם סבוראי נעשתה ע"י אבנר בהתייחסו למקורות ולתקופת הסבוראים מסבירי המשנה.

אהובה קנתה את עולמה בתפקידה כראש לשכתם של מספר ראשי העיר בחדרה והיוותה דמות דומיננטית ומשפיעה בעבודתה זו.

תשבץ מאי 2018

מאת: זהבה עמל

10	9		8	7		6	5	4	3		2	1
	13								12			11
		16		15						14		
	21		20		19		18					17
		26		25	24			23		22		
	32		31			30		29			28	27
			35			34					33	
41	40			39	38			37				36
		44				43					42	
			48		47	46						45
				53	52		51		50	49		
	60	59				58		57	56		55	54
		62										61

44. מירוק, ניקוי 45. זמר ידוע שם משפחה 47. נספרו 48. מתנה
50. מקווה מים 51. עיסוי הגוף 53. בן הנכד 55. מילת שאלה 57. גבוה
58. תאריך באדר 60. סימן, ציון

מאוזן:

1. חג המדורות (2,5) 7. תפילה יומית
11. מספר יורדי הסירה 12. גאולה 13. שולחן ערוך (ר.ת) 14. צוער, שוחר 15. בעל חיים עם דבשת 17. שאיבד את צבעו 18. דריכות, עצבנות 20. החזירו 22. אזרח, יליד המדינה 24. נחשול 26. נוזל חיוני 27. ירק מאכל 29. מנחילה, מצווה 32. כך באופן זה 33. חומר חיסוי 34. יובל, נחל 35. התנגדו, ערערו 36. תיקן, ג'וק 38. קריאה בטלפון 40. עני, דל 42. רופא חיות 44. איכות 45. ימים שלא יחול בהם ראש השנה 46. לחם המדבר 48. הניחו 49. שר, מזמר 52. נייר ערך 54. שרוי בתענית 56. מקום קבלת התורה (2,4) 59. לא לא עוד 61. זמר ידוע יליד ירושלים (5,4) 62. הגיורת הראשונה

מאונך:

1. התחברות, דבקות 2. כיסוי הבית 3. איכות, טיב 4. צינור הבליעה 5. קול הפרה 6. חברות, ידידות 8. מושכות, אפסר 9. נמצא, קיים 10. חידה, מסתורין 14. כרטיסן 16. בשביל, למען 18. עגורן 19. שמחה וששון 21. אותם מביאים בשבועות 23. מאגר מים גדול 25. מעסה בצק 28. מחול 30. רחמנא ליצלן (ר.ת) 31. רעשו, געשו 37. חוק, משפט 39. בשבילי למעני 41. חג הביכורים 43. גבוה



הצצה להלצה

מאת: יאשיהו וולשטיין

שקרים ידועים

השקר של הגברים: את לא שמנה.
השקר של הנשים: שתי דקות ואני יורדת.
השקר של האינטרנט: קראתי ואני מאשר את התקנון.
השקר של הקמצנים: אין לי כסף קטן.
השקר בשיחה טלפונית: בדיוק באתי לחזור אליך.
השקר בהזמנות לחתונות: חופה ב-19:45.

זמנים מודרניים בקייטנה

אמא הגיעה לקייטנה לקחת את בנה וראתה שכל הילדים ישבו על הדשא והיו שקועים במכשירי הטלפון השונים. באותה עת המדריכה ישנה על הספסל. בבהילות העירה האמא את המדריכה: "אינך פוחדת שהילדים יברחו?" "לא", ענתה המדריכה, "יש לנו wi fi עד הגדר."

חלב שנשפך

אבא: "מתוק, למה אתה בוכה?"
ילד: "החלב נשפך לי."
אבא: "חמוד, לא בוכים על חלב שנשפך."
ילד: "אבל הוא נשפך על האיפון החדש שלך."
אבא: "וואאאההההה."

דאגות כיסא נדנדה

דאגות הן כמו כסא נדנדה. זה נותן לך תעסוקה להרבה זמן אבל זה לא באמת מביא אותך לשום מקום.



מהמטבח של סבתא

מאת: בתיה שרייבמן

דג סלומון בתנור באדיבותה של יונה מאור

חומרים:

- 500 גרם ביסקוויטים פתי בר
- 250 גרם שמנת מתוקה
- 1 כוס חלב
- 500 גרם גבינה לבנה 5%
- 3 כפות סוכר
- קופסת אינסטנט פודינג וניל
- 1 גבינת שוקולד (מו) או גבינה לבנה וכף קקאו



ההכנה:

מקציפים יחד את כל החומרים פרט לביסקוויטים וגבינת השוקולד עד לקבלת קרם יציב. מעבירים מחצית מהתערובת לקערה נוספת ומוסיפים את גבינת השוקולד או הגבינה מעורבת עם הקקאו לאחת הקערות. מניחים בתבנית ביסקוויטים, ומשטחים עליהם את קרם הוניל. מניחים שכבה נוספת של ביסקוויטים ועליהם משטחים את קרם השוקולד. מניחים שכבה נוספת של ביסקוויטים ומקפאים למשך 3 שעות. חותכים את העוגה למנות לפי צורת הביסקוויטים העליונה כך שנוצרת קסטה כפולה.

כולנו כובע טמבל-מיזם משפחתי

מאת: עדי שיטה



מה מאחד משפחה? תאמרו- חתונה, שמחה וגם, לא עלינו, אבל זה המקום לפגוש בני משפחה וחברים שמזה זמן רב לא נפגשו. מי לא מכיר את בן המשפחה שכבר שנים קבע את משכנו מעבר להרי החושך ופתאום הוא מפתיע- הזמנה לחתונה...תבואו! אז לכו תשקיעו. טיסה- מלון- מתנה- הפסד ימי עבודה- ומה נעשה עם הילדים?

אצלנו הכול שונה. כולנו כאן, בחדרה. אפשר להזמין בצעקה מבית לבית. אבל אנחנו רוצים להרגיש גם קצת כמו אחרים. חייבים להמציא את הגלגל כל פעם מחדש: כינוס כל הבנות להכנת מאכל מסובך – חמין למשל או תחרות מי מבשל אורז שייצא אחד אחד ובפסח- עוגת מצות, של מי הקרם הכי...וכו' אחרי הקדמה, כרגיל, אני מגיעה לעניין ומתוודה- החיים והמוות ביד הלשון. מעל דפי העיתונות יצא קול קורא להפקת מוצג כלשהו שיוצג בתערוכה בנושא "כובע טמבל" ואני- לא סותמת ואומרת לחוה גדיש אוצרת ומפיקת התערוכה, שיש לי רעיון. פשוט נפלט לי, ועכשיו

אני צריכה "לאכול את הכובע". את היצירה יש להגיש ביום ראשון ה-8 באפריל, כלומר בעוד שלושה שבועות. נראה לי שאין בעיה. מגדילים תמונה של כובע טמבל במחשב, מקטינים את תמונות בני המשפחה והרי לכם משפחת כובע טמבל. אז- לא! ניסיתי ויצא זוועה. הכובע נראה סתמי והמשפחה כמו ערימה. נפסל! לאחר כמה ניסיונות על נייר טיוטה החלטתי שהעסק גדול עלי. ברעיונות אני אלופה אבל היישום – זה כבר עסק אחר.

בצר לי פניתי, איך לא, אל השבט. הודעתי לבני המשפחה חד משמעית שביום מסוים בשעה שהשמש מאירה פנים מתייצבים כולם עד אחד לפני המצלמה שלי. ואכן, מלבד נכדה מטיילת באפריקה (שהצטוותה לשלוח תמונות במיידית) התייצב כל השבט- הכיבוד עלי. צילמתי את כולם, בקבוצות ויחידים בפוזות שונות ומשונות. עם שפע התמונות העדכניות פניתי לחנות צילום ויצאתי עם שלל גדול. ועכשיו מה? אני מזמנת את כל בנות המשפחה הבוגרות ערב לפני ליל הסדר. מסבירה להן את המקורות של כובע הטמבל (גם אני למדתי משהו). מתחיל דיון מעמיק איך מבצעים את המשימה. לא עוברים על החוקים. הגודל- 70 על 70. גדול למדי. ואז מעירה אחת הבנות- מי בכלל הביא אותנו לחדרה? ראש משפחתנו, צלי ז"ל נולד בחדרה וחי בה. יש נושא. צריכים כובע טמבל. גם הוא נמצא עוד באותו הערב. מכאן כבר נמצא הכיוון ונסללה הדרך. למעלה ממאה תמונות נחתכות לגזרים בלי רחמים, בידי הבנות ערבוביה אחת גדולה. כולן מותשות ומוזמנות ערב לאחר ליל הסדר לביצוע הסופי. ושוב מתייצבות כולן, אף אחת לא נעדרת. השולחן עמוס בסוגי דבק שונים, התמונות מפוזרות על השולחן ואלת הצדק מנווטת- כך וכך תמונות של משפחה אחת וכך גם תמונות היחידים- אף אחד לא נפקד. כמה בחורים מתגנבים לראות למה צוחקים ומה בדיוק עושים. כל אחד מוודא שגם הוא בתמונה הכללית – אין טענות.

מה אומר ומה אוסיף- רצונכם באיחוד משפחות – קחו דוגמה. נהנינו מכל רגע. ואולי, אם תגיעו לתערוכה שמתקיימת בבית האמנים, תוכלו גם לצפות בתוצאות.


דרושים מתנדבים
למרכז המבקרים
"ביה"ס אחד העם ההיסטורי".
ההתנדבות תבצע
בימי שישי בין השעות 9:00-12:00.
ההכשרה תועבר בצורה מסודרת.
לפרטים: שירת קנשטי
טל: 04-6303101, פקס: 04-8545533
אחד העם 21 חדרה


ליאין-רייט
רואי חשבון
רח' האומן 17-אזוה"ת הדרומי, חדרה
טל': 04-6335441, פקס: 04-6322478

חדשות האינטרנט

מאת: יצחק (צ'קלה) גולדפינגר

החגים מאחורינו ועונת הטיולים לחו"ל נמצאת בעיצומה תוך שהיא הולכת ומתגברת ככל שקרבה שנת הלימודים לסיימה.

על כן בחרתי להביא בפניכם אתר שימושי ביותר עבורנו והוא האתר של רשות שדות התעופה הנותן לכולנו מענה למצב הטיסות העכשווי:

www.iaa.gov.il

אתר זה מאפשר צפייה בזמן אמת בכל הטיסות הנכנסות ויוצאות מכל נמלי התעופה בישראל. האתר מתעדן אוטומטית כל מספר דקות ומאפשר לנו לקבל נתונים מיידיים על מצב הטיסות בכל עת.

קיימת גם אפשרות נוספת באתר והיא להכניס את פרטי הטיסה המבוקשת וכך לקבל פרטים מדויקים לגבי טיסה ספציפית זו או אחרת.

לפרטים על פעילויות ואירועים נוספים בצחותה
חפשו אותנו באתר
www.amuta4kashish-hadera.org.il