



עלון מס' 10 (3231)
ה' שבט תשע"ח
11 ינואר 2018



**החילזון פורץ אל בריכות קוקוי לשעבר, הגשר
מעליו נסדק מעומס הגשמים, וילדי בי"ס גוונים
צועדים לכיתה בגשם. גשמי ברכה באזורנו.**





"משנכנס שבט מרבין בגשמים". לא לא, סתם חיפשתי משהו מדברי חז"ל וחטאתי בפלאגיאט. ההמצאה היא שלי לטוב ולרע, אבל היא לא תשנה את העובדה שמצד אחד גשמי ברכה, אבל למה צריך אותם באמצע היום? אי אפשר לכוון כך שירדו רק בלילה? טוב, ניחא, שימשיך כך בלילה וגם הרבה במשך היום אינשאללה (זה מהקורס לערבית ביהל).

אז נתחיל ביהל ובכתבה המספרת על יוזמת המורה לערבית **פאתחי מסאלחה** מדבוריה, שיזם מפגש של גמלאי שיח דנון עם הגימלאים שלומדים ערבית מדוברת ב י.ה.ל. כדאי לקרוא לפני שבוע הלך לעולמו איש הרוח, ההוגה והסופר **עמוס עוז**, לאחר מחלה קשה. לפניכם הספד של מזכ"ל התנועה הקיבוצית בתמצות משנתו של עמוס עוז ז"ל מעיתון "ידיעות הקיבוץ". ועוד **מידיעות הקיבוץ** הוצאנו את הכתבה הנרחבת על מנהיגים מצעירי התנועה הקיבוצית ודלינו את הכתבה על **כרמית פלג**. שאפו לך ולכל הצעירים המבטיחים, ויש להניח שיש עוד אחרים כאלה, שתורמים להוויית הקהילה הקיבוצית והארצית.

שוש עמית יזמה מפגש עם **מיכאל** שמביא לכולנו הרבה תרבות, וראיינה אותו לפני ולפנים. תודה לשניכם. קטע מפחיד ונראה בלתי פתיר בכתבה כלכלית של **נחמיה שטרסלר** (שלא כל כך מחבב את התנועה הקיבוצית) ומתאר את חורבן בית שלישי. זהירות בקריאה.

ועוד הרבה עניין בכתבות של **רותם רוטמן**, בכתבה על **אברהם אופק ז"ל**, שהתחנך בעין המפרץ מגיל 14 והיה תלמידו של **אריה רוטמן ז"ל** ואחד המובילים באומנות הציור. על המסע של **מש' פלג** לאיים הדרומיים שבכדור הארץ כותבת **אור פלג**. בקיצור, יש לפנות זמן ולחוות את מה שמוצע בעלון.

2

שבת שלום,
מוכה



ברכת החלמה מלאה שלוחה לכל חולינו.

לחיילינו, באשר הם, שלוחה ברכת שלום ושלווה.
שובו הביתה בשלום.

מה קורה - (לפי סדר העמודים)

3	נר זיכרון
4-5	ראיון עם מיכאל
5	ליזר הסופר עמוס עוז
6-7	היא הרבה יותר ממנהלת
8-9	עלילות משפחת פלג באיים הדרומיים
10	אני רק שאלה
11	קו האופק
12	אהלן וסהלן
13	חדשות קהילנט ומהמדגה
14	זכיה בטורניר כדורגל
15	סוף הבית השלישי
16	עונג שבת
17	סודות הנטורופתיה
18	מודעות
19	אמא מבשלת
20-21	מרכז קהילתי נעמן
22	דף תרבות

עורך: מוכה מלר, חברת מערכת: דפי עציוני
פנימי, אין להעתיק או לפרסם ללא אישור מוסדות הקיבוץ.
כתובתנו בדואר האלקטרוני: alon@ein.co.il

ינואר

נר זכרון



יהי זכרם ברוך

נפטרה 1.1.1957	פרומקין-תאני תמר
נפטר 30.1.1961	אהרון יצחק (לבנה)
נפלה 23.1.1964	גולן רעיה
נפטרה 14.1.1971	מרפלד פרידה (אמא של פינק)
נפטרה 18.1.1972	סרבר חיה (אמא של זהבה מאירי)
נפטרה 29.1.1972	ראוך יפה
נפטר 6.1.1981	פרץ יולק
נפטרה 15.1.1982	אליאס מרים (אמא של אורה דובו)
נפטר 23.1.1982	פרנקל יוסף
נפטרה 18.1.1983	אדטו רחל
נפטרה 24.1.1986	שחף ברוריה
נפטרה 14.1.1988	כהן חנה
נפטרה 3.1.1989	נורית כץ-סמרנו
נפטר 16.1.1989	פריימן חיים
נפטר 14.1.1992	גזית אשר (זיגו)
נפטר 14.1.1994	גורן אריה
נפטר 9.1.1997	מזרחי משה
נפטר 23.1.1998	פנדלמן יעקב
נפטרה 2.1.2002	הולס אדלה
נפטר 21.1.2002	אורפז נתן
נפטרה 28.1.03	גל בלקה
נפטר 24.1.2004	עומר אריה
נפטרה 19.1.2007	פורטר בבה
נפטרה 3.1.2015	ברטשניידר חדוה
נפטר 3.1.2017	איציק כץ
נפטר 25.1.2018	אריה קליינמן

ראיון עם מיכאל / שוש עמית

החלטתי לראיין את מיכאל, רכז התרבות. וזאת יש לומר, מיכאל בעיניי, הוא אחד מליי צדיקים, כי בנוסף לפעילותו הראויה לכל שבח, הוא גם רכז קליטה, מה שמזכיר לי שלא שאלתי על כך בראיון. העובדה שאני משייכת אותו לאותם צדיקים היא, כי אני יודעת ומכירה בכך, שהוא אוזן קשבת לכל, אך לא אקדים את המאוחר... הגעתי למשרדו בשעה היעודה ומצאתיו רכון על עבודתו הבלתי נגמרת. המתנתי בסבלות והתבוננתי סביבי. הרגשתי כאילו אני ב"חדר מצב": על הקירות טבלאות ולוחות: לוח החגים, לוח חדר האוכל והכל מעשה ידיו, כאשר מסומנים תאריכים, משימות ואירועים שבדרך... מיכאל סיים את משימתו ושיתף אותי: מודעה שהכין לאזכרה שתתקיים בשבוע הבא, לאילנה סלע שהלכה לעולמה בשנה שעברה. אף זה פן מיוחד שלו: בזמנו, כשריכזתי את וועדת אבלות, המזכירות הכינה עבורי את מודעות האבל והאזכרות, ואילו מיכאל, כרכז תרבות שאינו חבר בוועדת אבלות, לקח תפקיד זה לידי? אולי כי הקיבוץ מופרט והתפקיד עבר למשפחה?!

ולראיון:

שוש: אני רוצה להודות לך מיכאל, על שנענית לפנייתי למרות ועל אף עיסוקיך הרבים. במסגרת השתתפותי בחוג כתיבה נתבקשתי לקיים ראיון עם מי שאינו בן משפחה ואינו חבר קרוב, וחשבתי שבהזדמנות זו אערוך את הראיון גם עבור העלון... ספר לי על עצמך בבקשה. **מיכאל:** אני בן 68, יליד חיפה, בוגר השומר הצעיר קן ק. חיים. הייתי חבר קיבוץ בית-נר במשך 25 שנים, אליו הגעתי במסגרת גרעין השומר הצעיר. שלוש שנים מאוחר יותר, הכרתי את ענת שהגיעה במסגרת ש.ש עם מלכה כספי ואורה לבבי / פרי. נוצר בינינו קשר, נישאנו, נולדו לנו 3 בנות ונשארנו בבית-נר 22 שנים. בזמן הזה ריכזתי את הפרדס - מטעים כ- 10 שנים, הייתי רכז תרבות 4 שנים, רכז חברתי במוסד "צפית", מזכיר קיבוץ 5 שנים וחבר הנהגת השוה"צ במספר תפקידים. עקב מצבו הכלכלי והחברתי של הקיבוץ, עזבו חלק מחבריי והחלטנו גם אנו לעזוב, לא לפני שסיימתי מטלות שונות שהמתינו לי כמזכיר הקיבוץ. ניסינו את מזלנו בחוץ, ולבסוף, ולאור פניות מקיבוץ עין המפרץ, הגענו לכאן. 22 שנים אנחנו כאן, וטוב שכך. כאן עבדתי שנה כמחנך במוסד "נעמן", במחלקת נוער מטה אשר 10 שנים כרכז צפון והקיבוצים, 5 שנים רכז חינוך והשנה אני עושה שנה עשירית כרכז תרבות וחגים. **שוש:** אם היה ניתן לך לחזור אחורה, מה היית משנה, אם בכלל? **מיכאל:** ככלל לא הייתי משנה הרבה, גם בשנים שעסקתי בחקלאות, הייתי מחנך של חברת נוער - מדריך. מעבר לעבודה שלי, אני מאד אוהב את תחום העיסוק החברתי. כל תחומי העשייה השונים והמגוונים שלי נולדו מאהבת האדם והעזרה לזולת. **שוש:** איפה אתה רואה את עצמך בעוד עשר שנים? **מיכאל:** בעוד עשר שנים אני רואה את עצמי כפנסיונר. לפני שנה הגעתי לגיל פרישה, ובכל זאת אני רואה את עצמי ממשיך בתחום החברתי. יש לי עוד רעיונות, גם בתחום הקיבוץ וגם בחוץ. כל עוד שאהנה מהתפקיד ויהיה כוח במותניי, אמשיך. יש לי שיתוף פעולה מלא עם ענת והיא הולכת אתי לכל אורך הדרך. בתחום התרבות חשוב לי לתרום לקהילה גדולה ורב דורית, ואני משתדל לעשות דברים לכלל הקהילה, יחד ולחוד. **שוש:** איך אתה רואה את עצמך היום ומה תוכניותיך לעתיד?

מיכאל: יש לי רעיונות להתנדבות בחוץ. אני יודע להאציל סמכויות. לא רואה עצמי כשוקט על השמרים. אני שותף בכל הצוותים שעוסקים בחגים. עברתי קורס סרתב"ק, (סמינר לרכזי תרבות) ובקרוב רכזי התרבות שמנו הולך לפנינו, כקיבוץ שמקיים תרבות ענפה בכל התחומים (כמעט אין קיבוץ שני לו).

עין המפרץ מאד חשוב לי, ואני מקפיד לקיים את האירועים כמתוכנן, בכל מספר של משתתפים. אני בהחלט חש גאוות יחידה ועושה הכל באהבה.

שוש: תודה מיכאל על הזמן שהקדשת לי, ואני מאחלת לך עוד שנים רבות של עשייה ברוכה.



לזכר הסופר עמוס עוז

הספד שהופיע בעיתון "הזמן הירוק"

עמוס עוז היה אורח כנס הנהגות הקיבוצים השלישי ב-2015 במעלה החמישה ואמר שם את הדברים הבאים: "הריב שבינינו לבין הפלסטינים הוא פצע מדמם כבר קרוב ל-100 שנה. אי אפשר לקחת מקל גדול ולהרביץ לפצע מדמם עד שהוא יפסיק להיות פצע. לא אמרתי בזה שלא צריך להיות מקל. מי שחושב שלא צריך מקל לא יחיה כאן יום אחד. אבל פצע צריך לרפא. נדמה לי שעמוק בלב רוב הישראלים ורוב הפלסטינים, לא

הפנאטים, יודעים שתיים שלוש אמירות פשוטות: היהודים הישראלים לא הולכים לשום מקום. אין להם לאן ללכת. הערבים הפלסטינים גם לא הולכים לשום מקום. אין להם לאן ללכת. מאות אלפים מהם ניסו את מזלם במדינות ערב, והתייחסו אליהם כמו שהתייחסו ליהודים בגלות.

משפט המפתח שאני חוזר ואומר אותו לישראלים ולפלסטינים: אנחנו לא לבד בארץ הזו, אתם לא לבד. האם יש סיכוי שנוכל להפוך למשפחה אחת מאושרת? מה פתאום. אי אפשר לקפוץ למיטת ירח דבש אחרי מאה שנים של שנאה ושפיכות דמים. צריך לחלק את הבית לשתי דירות יותר קטנות. עמוק בלב אין כמעט אדם שאינו יודע זאת. איך לחלק את הבית אפשר להתווכח. אם מותר לי להשתמש בדימוי, ומותר לי כי אני חי מזה: הפצינט, ישראלי ופלסטיני, כבר יודע שהוא צריך ללכת לחדר הניתוח. האם הוא מאושר? לא. האם הוא ילך לחדר הניתוח בשמחה ובששון? לא. הדוקטורים פחדנים, משני הצדדים. גם הם יודעים שצריך ניתוח. האם זה יקרה בימי חיי, בקדנציה שלי? אינני יודע. אני יודע שאין דרך אחרת. אנחנו והפלסטינים לא נהפוך למשפחה אחת מאושרת בזמן הזה. אנחנו לא משפחה, אנחנו לא אחת, ובוודאי לא מאושרת. אנחנו שתי משפחות מאוד לא מאושרות. אחרי שהבית יהפוך לבית דו משפחתי, אפשר להתחיל לדבר על שיתופי פעולה. צעד ראשון צריך להיות שתי מדינות לשתי עמים. אין מנוס מזה."

מזכ"ל התנועה הקיבוצית ניר מאיר ספד לו: "עמוס עוז היה קול צלול ובהיר לתפישת עולם ערכית ושלמה. עוז, שהיה חבר קבוצת חולדה במשך שנים ארוכות, שמר על קירבה רבה עם התנועה הקיבוצית ועם הרעיון הקיבוצי, והמשיך את השיח עם חברי הקיבוצים לאורך השנים. אנחנו אבילים עם כל חובבי הקריאה והספרות בעולם על לכתו של בכיר סופרי ישראל. יהי זכרו ברוך."

"היא הרבה יותר ממנהלת, היא מנהיגה, הרוח החיה"

הם ערכיים, הם שאפתניים, והם כאן כדי לשנות. התנועה הקיבוצית בחרה גם השנה - זו הפעם השלישית - את נבחרת הצעירות והצעירים המשפיעים של התנועה הקיבוצית. מעין המפרץ נבחרה **כרמית פלג**, שמנהלת את מרכז הצעירים במועצה האזורית. **נעם גולובאטי**, רכזת חיילים משוחררים המועצה האזורית מטה אשר, כתבה עליה לעיתון 'ידיעות הקיבוץ' האחרון:

כרמית מנהלת את מרכז הצעירים של מטה אשר. להיות מנהל מרכז צעירים, בייחוד במועצה אזורית, זו עבודה מורכבת ומיוחדת מאוד. במועצה שלנו 32 יישובים ממגוון רחב מאוד של צורות התיישבות ותרבויות.

מרכז הצעירים, שכרמית בראשו, חרט על דגלו לעבוד בשותפות, וזהו מרכז העשייה שלה - לנצח על כל המקהלה; להוביל את הרכוזות בתחומים השונים; חיילים משוחררים וקבוצות משימה; השכלה; פיתוח דמוגרפי וקהילה; מעורבות חברתית; ריכוז המגזר הערבי; למצוא ולטפח שותפויות חדשות; לשדרג ולדייק את הצרכים; ובעיקר לחשוב מחוץ לקופסה - מה היעד הבא, מה האתגר הבא ואיך להיות הכי רלוונטי לצעירים.

כרמית הגיעה למרכז אחרי שהקימה את שלוחת המתנ"ס ביישוב שבי ציון באופן מעורר השראה, עם שותפויות רבות בתוך היישוב ורתימה של כלל הקהילה לטובת פעילות המתנ"ס. את כרמית אף אחד אינו יכול להחמיץ. היא מביאה את המרכז ואת הפעילות שבו לקהל גדול ומגוון, מחדשת כשצריך, לא פוחדת מעבודה קשה, ובעיקר עושה את הכל מתוך אהבה, אכפתיות ואמונה באדם.

"אין לך דבר העומד בפני הרצון", אמר מנחם אוסישקין, ועבור כרמית אין מדובר בסיסמה, אלא הלכה למעשה בעבודה היומיומית שלה. לאחרונה הפך חלום שהחל להתגבש לפרויקט של ממש, והוא כבר יצא אל הפועל.

מתוך הרצון להנגיש את פעילות המרכז ולהגיע לכל יישוב, קידמה כרמית - עם שותפים רבים ועם תורמים - את פרויקט המוקד הנייד של מרכז הצעירים. המוקד הנייד הוא עגלה הנגררת על ידי רכב, ועליה כל הנדרש לקיום פעילות. זו עגלה שהיא חגיגה ליישוב, עם מסך, רמקולים, פופקורן, שתייה קרה וחמה, מחצלות, שולחנות, כיסאות ועוד.

בזמן קצר מאוד הפך הרעיון למציאות שתשרת את הקהילות במטה אשר. דוגמה זו מבטאת את דרך העבודה של כרמית - דוחפת קדימה, רותמת שותפים, ובעיקר דואגת עד אחרון הפרטים הנחוצים ליצירת חוויה ופעילות איכותית ויצירתית.



כרמית היא המנהלת שלי בתפקיד, אבל היא בעיקר שותפה שלי. כחלק מהתפיסה הניהולית שלה ניתן לכל רכז המקום שלו לנהל את התחום שלו, וכרמית היא זו המנווטת, המלווה, ובעיקר השותפה לכל פרויקט ולכל תוכנית. כרמית מאפשרת לנו, הרכזים, לצמוח בתוך המרכז, להעז לחלום, ללמוד דברים חדשים ולהתנסות. כפי שהיא בעבודה - כך היא גם בחייה האישיים. חשוב לה להיות מעורבת בפעילות הענפה בקיבוצה עין המפרץ, בחיי הקהילה שבה היא חיה, להתנדב ולהיות שותפה. הקיבוץ הוא חלק בלתי נפרד ממי שהיא. אין לי ספק שבעתיד תמשיך כרמית להיות מעורבת ולהוביל פרויקטים חדשים בקיבוץ, תוך כדי שמירה על המסורות

צילמה: מיה צמחון

החשובות לה כל כך, וכנראה שגם את ניניה תזכה לגדל בעין המפרץ.

והוסיף דברים גם ראש המועצה **משה דוידוביץ'**:
כרמית פלג צמחה מתוך העשייה הקהילתית במועצה עד לניהול מרכז הצעירים שלנו. זהו אחד התחומים המרכזיים והחשובים בעשייה שלנו, והיא הרבה יותר ממנהלת.
כרמית היא מנהיגה, הרוח החיה, מלאת מרץ ואנרגיה, שואפת וצופה למרחוק, יצירתית וחדשנית. היא מזיזה הרים, רותמת אנשים, ארגונים ומשרדי ממשלה.
כרמית מחפשת כל העת איך ניתן לעשות יותר, מהם הצרכים, מהם הרצונות, ואיך ניתן לערב, לשתף ולהנגיש את כל מה שיש למרכז הצעירים ולמועצה להציע. כל העשייה הזאת מגיעה מאהבה אמיתית לבית שלה, עין המפרץ, ולמועצה האזורית מטה אשר, ומהאמונה הבסיסית שהכי טוב לחיות כאן. היא עושה מדי יום ביומו את המרב ואת המיטב כדי לגרום לכל זה להיות נכון.

קום והתהלך בארץ עם עמותת הוותיק - בעקבות נביא הזעם – אליהו הנביא

ביום חמישי 31.1.2019

את הסיור הפעם נקדיש לאליהו הנביא – נביא הזעם. נכלול בסיור את מערת אליהו, כנסיית סטלה מאריס והמוחרקה, היא היא קרן הכרמל.
ננסה להבין את השפעתו של הנביא על שלוש הדתות – יהדות, נצרות ואסלם.

פרטים נוספים:

איסוף מעין המפרץ ליד ארומה בשעה 7:30.
7:30-8:00 – ארוחת בוקר, שירותים במתחם ארומה עין המפרץ.
בשעה 8:00 יציאה לכיוון חיפה. ארוחת צהריים בעוספייה.

עלות הטיול: **120 ₪** במזומן שייגבו במהלך הטיול.
יש להצטייד: בא. בוקר וא. צהריים. מים, כובע, ולמי שיש מומלץ להצטייד בכסא מתקפל.
המסלול כולל הליכה קלה במסלול מוגש.

ההרשמה אצל אירית חושקובר 0507-548053 או במייל irith@matteasher.org.il
לשאלות בבוקר הטיול: גבריאלה בנייד 052-8346226.



עלילות משפחת פלג באיים הדרומיים

משפחת פלג (תומר, אור, איתי, נעמה, מעיין ועילם) חזרה לאחרונה משהות של שישה שבועות בניו-זילנד, במהלכם תיעדה אור את חוויותיהם:

18 בנובמבר 2018 - רגע לפני:

אז זהו, נשאר עוד פחות משבוע עד הטיסה. עדיין לא החלטתי אם אני יותר מתרגשת או יותר לחוצה, כנראה בגלל שזה משתנה מרגע לרגע. כרגע אני נוטה יותר ללחוצה... השעה כמעט עשר PM, כל הילדים ישנים, תומר בעבודה (אני נוסע לשישה שבועות, יש דברים שאני חייב להספיק לפני), ומחר הוא יוצא לארבעה ימי מילואים (אני נוסע לשישה שבועות, יש דברים שאני חייב להספיק לפני). כשהוא יחזור ביום חמישי, יהיה לנו יום וקצת לסיים את האריזה וכנראה שהוא יצטרך ללקט את שרידי שפיות דעתי שיהיו מפוזרים בבית. (גם הילדים מתרגשים, זה לא תורם להתנהגות שלהם). איתי נהיה יותר ויותר מתבגר טיפוסי, עם כל המניירות המתבקשות- נהמות, התפרצויות, סרבנות. מעיין היא אי של רוגע, שלווה והיגיון רוב הזמן, והר געש של אמוציות בשאר הזמן. לפעמים קשה לעקוב. נעמה עושה כל מאמץ להוציא אותי מדעתי, וכמו בכל דבר, גם בזה היא מצטיינת. מידי פעם יש לה הבלחות של בגרות, אבל אם מחכים קצת זה חולף מעצמו. עילם הוא רכבת הרים מטורפת, שנעה בין הדבר הכי חמוד אי פעם ל- אלוהים הוא חייב ריטלין דחוף! מאיפה יצא לי ילד היפר אקטיבי? אמור להיות לי פטור מדברים כאלה, בגילי המופלג. בקיצור, את כל הטוב הזה אנחנו עומדים לסגור במטוס לשתיים עשרה שעות, לעלות לנשום לרגע, ועוד שתיים עשרה שעות. ואז בתוך קראוון צפוף לשישה שבועות. רוב הזמן אני בטוחה שיהיה מדהים, אבל מידי פעם נראה לי שהשתגעתי. את כל החוויות שתהיינה לנו, אכתוב כאן. מוזמנים לעקוב, להגיב, לשאול, לצחוק ולבכות איתנו.

אור

8

27 בנובמבר 2018 – נחיתה בניו זילנד (סוף סוף!)

אחרי שנים של חלומות ושנה של ציפייה, הגיע הרגע שממנו הכי חששנו- הטיסה הארוכה לנוו זילנד בחברתם הנעימה של ארבעת ילדינו. אז מסתבר שסתם חששנו, וחברתם הייתה באמת נעימה. שלושת הגדולים התיישבו במקומותיהם במטוס, הצמידו לווריד את החיבור למסך, והסכימו לשחרר רק כשהכרחנו אותם לישון קצת. עילם היה רגוע למדי, ישן חלק מהזמן ושיחק בנחת כשהיה ער. גם תומר ואני הצלחנו לישון קצת, ובסך הכל 12 שעות עברו די מהר. הגענו לשדה התעופה בסיאול-אולם מקסים ומטופח, מנוקד בגינות פורחות, מזרקות, קישוטי חג מולד והמון קוריאנים. את מעט הזמן שהיה לנו שם (כשעה) העברנו בטיולים חוזרים לשירותים (הילדים תמיד מבקשים פיפי אחד אחרי השני, ולא ביחד), ובהאזנה לתזמורת חיה של שלושה מוזיקאים שניגנו במגוון כלים.

מהטיסה השנייה חששנו אפילו יותר, כי היא לא טיסת לילה, אבל החיבור לווריד עבד מצויין, ושמענו מהילדים רק בזמן הארוחות. עילם ישן ממש טוב, והתעורר מלא מרץ ורצון להשתולל. מאחר והוא יושב ביני לבין תומר, נתנו לו לקפוץ ולהשתולל עלינו ועל המושבים, ורק השתדלנו להחריש את קריאות הקרב וההתלהבות שלו.

אוקלנד קיבלה אותנו עם נוף בהיר ונפלא מהאוויר ומזג אוויר נאה ובהיר על הקרקע. בחברת ההשכרה קיבלנו קראוון חדיש ומאובזר, שהספיק להיות רק בטיול אחד קצר, הסברים נרחבים על התפעול, וגם (לצערנו) תצוגת תכלית למזג האוויר המגוון כאן, כשתוך רגע השמיים

התעננו וירד מבול! אחרי כמה דקות של גשם העננים התפזרו ועד הערב ירד גשם רק עוד פעמיים...

נסענו לסופר הקרוב, תוך כדי שתומר מגלה בכל פעם מחדש שכולם נוסעים בצד שמאל, שצריך לפנות הפוך בכל כיכר ושמשיאות ענקיות צצות מהכיוון שהוא לא רגיל להסתכל אליו. מפתיע, אבל הגענו לסופר. עשינו קניות זריזות ככל האפשר (לפי רשימה שהכנו כבר בארץ, כי אנחנו אחראיים ומסודרים!), חטפנו ארוחת צהריים בפיצה האט (מסתבר שהילדים יכולים להתעלות על עצמם ולרביב גם על משולש הפיצה שהפירוני מסודרים עליו יותר יפה!) ונסענו לקמפינג הראשון שלנו.

הגענו למקום נחמד ממש על שפת הים, (עכשיו אני יושבת מול הים עם הקפה של הבוקר), הבנות ועילם התלהבו לגלות שיש כאן טרמפולינה, נדנדות, מגרש משחקים קטן. איתי נרדם על הכסא שלו ולא רצה לקום. החלטנו לא להתעצל ונסענו לפארק קרוב - שייקספיר פארק. גם הפארק נמצא על שפת הים, אבל מהצד השני של המפרץ. מיד יצאנו לחקור את החורשה והחוף - יש שם כמה עשרות מטרים של חוף מכוסה צדפים, בגלל ההפרשים העצומים בין גאות לשפל, אספנו צדפים יפים. תוך כמה רגעים כבר חלצנו נעליים ושכשכנו במי האוקיינוס השקט (הקרים!), איתי עדיין ישן על הכסא שלו. כתבנו על החוף בצדפים 'פלג', ושמחנו לקראת זוג ברבורים שחורים ששטו לעברנו כדי להגיד שלום. מעיין שמה לב שהגאות מתחילה - אי קטן שהיה ליד החוף התכסה במים, ולאט לאט המים התקרבו אל כתובת הצדפים שלנו. החלטנו לחזור לקמפינג ולהתארגן לארוחה ושינה. התמקמנו, התקלחנו, אכלנו - איתי עדיין ישן על הכסא שלו... עילם הודיע שהוא עייף ועלה למיטה, מעיין ונעמה עלו לשכב לידו ולהרדים אותו. תומר הצליח להעיר את איתי ולקחת אותו להתקלח, ואחרי כמה דקות עילם החליט שאחיות ישנות במיטה זה משעמם וירד למטה. לשאלה מה אתה רוצה לעשות, הוא ענה - להפריע לאמא. ואכן, במיומנות ראויה לציון ובהתמדה הוא מרט את עצבי הרעועים והעייפים, בזמן שאני ניסיתי להכניס את הר החפצים שלנו לקומץ מקומות האיחסון שהקראוון מציע. מזל שתומר חזר אחרי חצי שעה ולקח פיקוד על הפושע הקטן. הצלחנו להרדים גם את הבנים, ואחרי יומיים ארוכים ומתישים גם אנחנו נרדמנו.

הבוקר קמנו ליום חדש, נראה איזה הפתעות צופנת לנו ניו זילנד...



מהספריה

שעת סיפור לילדים עם אור פלג.
יום שני 14/1 ב- 16.30



"שעת סיפור" למבוגרים - ספר בנעלי בית

עם אסא ארנון, ביום שני 28/1 בשעה 18.00.
נדבר על הספר (והסדרה) החברה הגאונה.



אל תפספסו!
יעל

"אני רק שאלה" / רותם רוטמן

והפעם - מהו "צו קיום צוואה" ומהו "צו ירושה"

למי שלא קרא את הכתבות הקודמות אציג את עצמי שוב בקצרה. שמי רותם רוטמן. אני ביתם של אילן רוטמן ז"ל ואהובה רוטמן. אשתו של ד"ר נדב ערמוני ואמא של תמר ערמוני. אני עורכת דין משנת 2000. עברי המקצועי כולל עבודה כעורכת דין שכירה במשרד פרטי בתל אביב, עבודה כפרקליטה בפרקליטות ת"א (פלילי) ועבודה כמגשרת במחלקת הגישורים במשרד שלמה כהן ושות'. כיום אני עורכת דין עצמאית.

בכתבות הקודמות הסברתי שחוק הירושה התשכ"ה – 1965 (מעתה אקרא לו "חוק הירושה") מטפל בחלוקת רכוש במצבים בהם אדם נפטר ואין לו צוואה. כמו כן התייחסתי לסוגי המקרים הנפוצים בהם אנשים מבקשים להכין צוואה ואינם מסתפקים בהסדר הקבוע בחוק הירושה.

בכתבה זו אסביר בקצרה מהו **צו קיום צוואה** ומהו **צו ירושה**.

בתמצית מדובר בהליך משפטי הנחוץ כדי לממש את חלוקת הרכוש של הנפטר (מעכשיו אקרא לרכוש זה "עניזבון"). במילים אחרות, מדובר בהליך משפטי שיש לעשותו אחרי לכתו של אדם כדי לתת תוקף רשמי לחלוקת העניזבון שלו. יש צורך בהליך כזה בין אם מדובר בצוואה ובין אם מדובר בחלוקה לפי חוק הירושה. זאת אומרת שגם אם אדם הכין צוואה וגם אם לאו, כדי לחלק את רכושו יהיה צורך להוציא צו ירושה או צו קיום צוואה לפי העניין.

ההליך להוצאת הצו מתקיים אצל הרשם לענייני ירושה, והוא מכונה בשם "צו קיום צוואה" אם יש צוואה, או "צו ירושה" אם אין צוואה וחלוקת הרכוש היא לפי חוק הירושה. **צו ירושה** – קובע מי הם יורשיו של הנפטר. עם הצו אפשר ללכת לדוגמא לבנק, ללשכת רישום מקרקעין, למשרד הרישוי, ולקבל את החלק מהעניזבון שרשום על שם הנפטר כפי שמופיע בצו.

צו קיום צוואה – נותן הכרזה כי הצוואה תקפה. עם הצו אפשר ללכת לדוגמא לבנק, ללשכת רישום מקרקעין, למשרד הרישוי, ולקבל את החלק מהעניזבון שהיה שייך לנפטר ומועבר ליורש כפי שקבוע בצוואה.

במסגרת הליך הבקשה להוצאת הצו, הרשם לענייני ירושה דואג לפרסום הבקשה לקיום צוואה או לצו ירושה בעיתון יומי. פרסום זה מאפשר למי שמעוניין להגיש התנגדות לבקשה להגישה. אם מוגשת התנגדות הדיון עובר לבית משפט לענייני משפחה. אם לא מוגשת התנגדות, וכך הוא במרבית המקרים, אזי ניתן הצו.

עקב הצורך בפרסום כדאי לקחת בחשבון שמרגע שמגישים את הבקשה לרשם לענייני ירושה יכולה לעבור תקופה של כמה חודשים עד מתן קבלת הצו. אציין שוב כי לא מספיק להציג בפני בנק, לדוגמא, את הצוואה או להראות לו תעודות זהות מהן ניתן ללמוד על יורשים לפי דין. ללא צו מרשם הירושה הבנק לא ישחרר את הכספים ליורשים או לזוכים לפי הצוואה.

עד כאן חברים. בכתבה הבאה יש גיוון בעלילה. אספר לכם קצת על הליך הגישור שמהווה חלק נכבד מעיסוקיי. מהו הליך הגישור, למי מיועד, מתי כדאי ושאר ירקות.

ילדים זה שמחה

מזל טוב וברכות
להורים הטריים
יונתן ועמית חורב
להולדת בנם בכורם

גבע

מזל טוב לסבים
תמי ומשה חורב
ברכות לכל המשפחה
מכל בית עין המפרץ

קו האופק

כתבה שפורסמה בעיתון 'ידיעות הקיבוץ'. מאת קרני עם-עד. העבירה לפרסום: מריאלה.

בחודש אוקטובר ננעלה במוזיאון ת"א לאומנות התערוכה "גוף, עבודה", שקיבצה את עבודותיו של האומן **אברהם אופק ז"ל**, שהיה בצעירותו חבר קיבוץ עין המפרץ. אופק נולד בשנת 1935 בעיר בורגס שבבולגריה. הוא אומץ וגדל כבן יחיד. בתחילת 1949 עלתה המשפחה לארץ והתיישבה ביפו לאחר שהות במחנה העולים בפרדס חנה. בגיל 14, למרות התנגדות הוריו, החליט לעבור להתגורר בעין המפרץ במסגרת חברת נוער מבולגריה. בקיבוץ נחשף לראשונה לאומנות הפלסטית, ולמד ציור אצל האומן **אריה רוטמן ז"ל**. בגיל 15 נקשרה נפשו בנפשה של **תלמה ספיר**, בת הקיבוץ, לימים אשתו ואם ילדיו. כבר בזמן השירות הצבאי שימש כחבר ההנהגה הראשית של השומר הצעיר, ואייר לעיתון התנועה "על החומה". בשנת 57 התקיימה תערוכת היחיד הראשונה שלו במוזיאון עוקשי בעכו, ובה הציג רישומים וציורי גואש של נופי הקיבוץ והארץ, מכוונות חקלאיות, פרות ועוד. באותה שנה נישא לתלמה, וב-1958 נסע ללמוד אומנות בפירנצה וביקר גם בספרד, בלונדון, בפריז ובבולגריה מולדתו.

בשנת 1966 עברה המשפחה לירושלים בעקבות אופק, שהחל ללמד בבית הספר לאומנות בצלאל. הוא המשיך לעסוק בציור תחריט ובפיסול, אולם עם השנים החל להתמקד באומנות בעלת מאפיינים כנעניים ופגאניים, וזנח את ציורי הנוף ובעלי החיים. מאז דרך כוכבו, והוא הרבה להציג בארץ ובעולם. ב-1990 הלך לעולמו והוא בן 54 בלבד.

בחודש מאי האחרון נפתחה התערוכה לזכרו במוזיאון ת"א. "אני חוקרת ומציגה את אברהם אופק מאז שעבדתי על התערוכה הרטרופקטיבית שלו במשכן לאומנות בעין חרוד בשנת 1986", אמרה אוצרת התערוכה, **גליה בר-אור** (עין חרוד מאוחד). "היא היתה הראשונה בסדרה של תערוכות אומנים שהיו מחוץ לקאנון האומנותי ואשר נקראה היסטוריה אותנטית. הן בתערוכה ההיא והן בזו שהוצגה בת"א שילבתי ציורים של אופק משנותיו בקיבוץ עין המפרץ. הוא צייר, בדומה לאומני הקיבוץ הארצי, נופים חקלאיים וטרקטורים, פרות ונעלי עבודה. הוא עצמו עבד ברפת, והדבר בא לידי ביטוי בציורי הגואש וברישומים. דרך הפרות, כך אני משערת, הוא חיפש ואולי מצא חום שהיה חסר לו לאחר שנים של עקירה ונדודים. הוא סיפר על תורנות שומר הלילה ועל המורא שנפל עליו, ואכן מרבית העבודות הן באור יום." **האם עזב את הקיבוץ בגלל מחלוקת אידיאולוגית או אומנותית?** "ממש לא. מוטיבים יהודיים וכנעניים שצייר בשנים מאוחרות היו דומים לעיטורי החג של אומני השומר הצעיר



בשנים מוקדמות. הוא פשוט רצה להתפתח מבחינת העיסוק באומנות ובהוראת האומנות, וההצעה לעשות זאת בבצלאל היתה זו שגרמה לו לעזוב את עין המפרץ. הוא שמר כל השנים על קשרים עם הקיבוץ ועם אריה רוטמן, שהיה המורה שלו. האומנות הפכה לדרך חיו, וספק אם בקיבוץ של שנות השישים היה יכול להגשים את מאווייו היצירתיים." בתמונה: אברהם אופק בקיבוץ עין המפרץ, מתוך אתר ויקיפדיה.

אהלן וסאהלן – מפגש דו לשוני ב"יהל" / אידית זיו

שתי הכיתות ללימוד ערבית מדוברת במרכז הלימודי - חברתי "יהל", אירחו ביום ראשון 23/12/18 את חברי המועדון לקשיש משיח' דנון. המפגש, שהתקיים ב"יהל", נערך ביוזמתו ובניהולו של **פתחי מסאלחה**, המורה שלנו לערבית, הדוגל בקירוב לבבות בין יהודים לערבים בדרך בלתי אמצעית, ובהעמקת הקשרים האישיים והבין - תרבותיים שלנו עם שכנינו. יחד עם פתחי עמלו על תוכנית המפגש גם **דאוד אבו באדר**, מנהל המועדון לקשיש בשיח' דנון, **פטמה חאמד**, המובילה את פעילות הנשים במועדון, **אחמד סמניה**, מנהל שלוחת המתנ"ס בשיח' דנון, תלמידי הערבית של "יהל" וצוות עמותת הוותיק. במפגש השתתפו כ- 25 מוותיקי שיח' דנון וכ- 20 מתלמידי "יהל", שעשו מאמצים להבין אלו את אלו, קצת בערבית קצת בעברית, קצת דרך שירה בצוותא וקצת דרך שפת התנועות והסימנים. דברי הברכה המרגשים של המארגנים נאמרו בשתי השפות, והפליאו לעשות תלמידינו, **נורית קרפ** מראש הנקרה ו**ישי ארנון** מחניתה, שנשאו ברכות מקסימות בערבית (כמעט) שוטפת.

שמענו את הברכות הנרגשות ולאחריהן התכבדנו במיני תבשילים, עוגות, פירות ומטעמים. תבורכנה הידיים שטרחו והכינו!

שיא המפגש היה בהפעלות בקבוצות קטנות, בהנהגתו של המורה פתחי, כאשר ניתנה לנו סוף סוף האפשרות לשוחח על נושאים יותר אישיים ולשאול: "קדש עומרכ?" (בן בת כמה את/ה?) או: "אינתי מותקאעידה? (האם את גמלאית?)", "שו חלמכ?" (מה החלום שלך?) והכי מעניין: "אכס חפיד וחפידה ענדכ?" (כמה נכדים ונכדות יש לך?).

לקראת סיום שרנו יחד את "הבאנו שלום עליכם" ואת "שלום חברים" בניצוחו של **מוכה מלר**, ונפרדנו בלחיצות יד חמות, בחיבוקים וברצון הדדי לשוב ולהיפגש שוב. להלן תגובתו של דאוד אבו באדר למפגש:

"אני שותף לך בסיכום לגבי המפגש החם והמרגש שהיה אצלכם ב"יהל". אני מודה לך, לרחלי ולאורי וגם למורה המכובד פתחי על הארגון המוצלח למפגש. כולנו הושפענו מהאווירה החברית שנוצרה בין המשתתפים.

אני מעביר לכם תודה מיוחדת של הוותיקים משיח' דנון על ההזמנה הבלתי נשכחת ועל קבלת הפנים הנהדרת."

שוקרן לכל המשתתפים, ונמשיך במאמצים לבנות את הקשר המשותף, למען עתיד של שכנות טובה ודו קיום ב"מטה אשר" ובכל הסביבה. הכותבת היא מנהלת "יהל". הכתבה פורסמה בעיתון "זה אשר".



חדשות קהילנט/ דפי

חדש - מספרי הטלפון של החברים זמינים לשימוש באפליקציית קהילנט, וניתן להשתמש בהם על מנת להתקשר לחברים מהנייד. כדי לעשות זאת יש להיכנס לאפליקציה, להיכנס לספר הטלפונים (זהו אייקון שנמצא בדף הראשון שנפתח, מתחת ל'הודעות'), לחפש את שמו של החבר לפי הא"ב וללחוץ על המספר.

בעבר פנו אלי חברים וביקשו לא לפרסם את מספר הטלפון שלהם בקהילנט, כיבדתי את בקשתם. אם ישנם חברים נוספים שאינם מעוניינים שמספר הטלפון שלהם יפורסם – אנא פנו אלי.

פרטי התקשרות של ענפים - חברים פנו אלי וביקשו שמספרי הטלפון של הענפים יפורסמו בקהילנט. בעקבות כך נעשו פניות למנהלי הענפים בבקשה שיעדכנו את פרטי ההתקשרות עמם בקהילנט. לא כל מנהלי הענפים הגיבו לבקשה. ברצוני להדגיש שהאחריות לכך שפרטי ההתקשרות יהיו זמינים מוטלת על מנהלי הענפים. חברים שמעוניינים שענף כלשהו יכניס פרטי התקשרות לאתר מוזמנים לפנות למנהל/ת הענף.

מתן שירות לחבר - לאחרונה קיבלתי מייל מחבר בנוגע לקהילנט. אותו חבר התבטא באופן בוטה, ולכן לא קיבל ממני שירות. יחסי השירות הינם הדדיים ולא יינתנו בכל מחיר. אנא קחו זאת לתשומת לבכם.

ובנוסף, מההוצאה לאור – כעת, משישנה מכונת צילום חדשה בבניין ההוצאה לאור שמופעלת באמצעות קוד אישי, חברים המשתמשים במכונה יחויבו פעם ברבעון, ולא מדי חודש (כפי שחויבו כשהיתה המכונה הישנה).

13

המדגה בחורף

רגע מחיי הדייגים, כפי שצילמה ופרסמה בפייסבוק **שלומית פיוקס**.



זכייה בטורניר הכדורגל המועצתי / צפריד

ילדי כיתות א'-ג' זכו בסוף החודש שעבר בטורניר הכדורגל המועצתי, לאחר שניצחו את כל משחקיהם.

בטורניר, שאורגן ע"י מחלקת ילדים ונוער במתנ"ס מטה אשר, השתתפו כ-16 קבוצות מכל רחבי המועצה. תחילה העפילה קבוצת עין המפרץ מבית המוקדמות, לאחר ניצחונות מרשימים על אפק, שמרת ויסעור. טורניר הגמר נערך במגרש הכדורגל שבגן התומר ואליו העפילו: עין המפרץ, כברי, כפר מסריק ועברון. השחקנים עבדו קשה כדי לנצח את כברי בחצי הגמר בתוצאה 2:1 ולהעפיל למשחק הגמר מול עברון.

כמו בטורניר כולו, גם במשחק הגמר נתנו הילדים את הכל, עבדו בשיתוף פעולה ובחברות והשיגו את הניצחון המיוחל בתוצאה 2:1. לאחר המשחק הילדים חגגו יחד עם ההורים, המדריכים והחברים ולא ידעו את נפשם מרוב אושר. בהחלט מגיע להם!! ההישג צוין באירוע חגיגי, שאורגן ע"י המדריכים ובסיוע הורי השחקנים וכלל ארוחת ערב "על האש", ברכות ומצגת.

האלופים הצעירים, הם: גל חיטין, בועז גלאון, יובל בר זיו, עינן רוז, מיה קושניר, נוגה פישר, ענבר טבצ'ניק, מאור לוי, עמית ברונר, יהב חסיד, אלעד וולף, אורי קושניר, עדי חיטין ותומר ברנשטיין. מאמנים: אורי אשל (ש"ש מקומונת נעמן) וצפריד פלג. צילומים: מיה עצמון.



סוף הבית השלישי / נחמיה שמרסלר

פורסם באתר וואלה NEWS. העביר לפרסום: מוכה

את הבית הראשון החרב נבוכדנאצר מלך בבל, שדיכא את המרד שפרץ נגדו והגלה את רוב העם לבבל. את הבית השני החרב טיטוס, שדיכא את המרד הגדול, לקח לרומא שבויים רבים והם נמכרו לעבדים. את הבית השלישי לא תחסל שום מעצמה עולמית. נשרוד בסכסוך עם הפלסטינים ואף מול איומי הגרעין של איראן. אך יחסל אותנו הקרע ההולך וגדל בתוך הארץ בין הציבור החילוני לציבור החרדי. זאת טרגדיה יוונית שסופה ידוע.

מדובר במאבק בין שתי תפישות עולם סותרות, שאינן יכולות לגור בצוותא. מאבק בין התפישה הדמוקרטית, הדוגלת בחופש הפרט, בהומניזם, בשוויון ובערך העבודה, לבין התפישה החרדית, המחייבת כל יהודי לחיות על פי ההלכה והשולחן ערוך ולבזו למדינה החילונית, לחוקיה ולערכיה. זאת הסיבה העמוקה למהומות שהיו באחרונה בירושלים בגין פתיחת חניון ספרא בשבת ופרשת האם המרעיבה. כי ברגע שמזלזלים בחוקים של המדינה הציונית אפשר לכנות את השוטרים "נאצים", לשרוף עגלות אשפה, לעקור רמזורים ותיבות בקרה וליידות אבנים בעובדי העירייה - וגם להרגיש טוב, כי דפקת את הכופרים.

בחור ישיבה אחד סיפר לי, ששאל רב אם מותר לו לקנות כרטיס נוער ב"אגד" אף על פי שעבר את גיל 18; "הרי זה גזל מאגד", אמר. הרב לא חשב הרבה וענה, שאגד ממומנת על ידי הממשלה, והממשלה גוזלת מסים, ולכן מדובר בסך הכל ב"החזר גזל". לכן זה מותר. זה בדיוק הצידיק להעלמות המס רחבות ההיקף ברחוב החרדי.

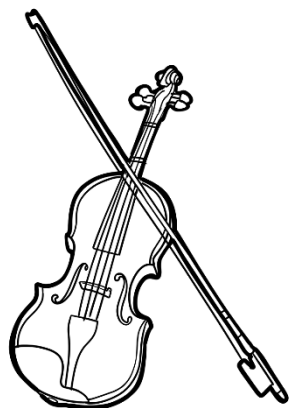
החרדים חיים באווירה של זלזול עצום בחילונים. הם אינם מבינים איך החילונים מסכימים לוותר על עקרונותיהם תמורת אחיזה בשלטון. האמת אף גרועה יותר. כי החילונים עוצמים עיניים ואינם רוצים לדעת, שהספינה שלהם עומדת להתרסק אל מול קרחון עצום. לחרדים יש סדר יום מאורגן. הם יודעים בדיוק מה הם רוצים: לספק לציבור שלהם את תנאי החיים הטובים ביותר, על חשבון החמור החילוני. שהוא יעבוד קשה, ישלם מסים וגם יקריב את נפשו בצבא - כי בכל זאת מישהו צריך להגן על הגבול. הם עצמם לא יעבדו ולא ישרתו, אלא רק יסחטו. הם יוציאו כמה שיותר תקציבים מהממשלה וכמה שיותר תרומות מחו"ל - בדיוק כמו דרך החיים של היישוב הישן.

הציבור החילוני, ברוב טיפשותו, עוזר לתהליך המסוכן הזה. הוא מעניק תקציבים למערכת החינוך העצמאית של החרדים אף שמלמדים שם רק תלמוד; לא מתמטיקה, לא אנגלית, לא מדעים, לא היסטוריה ולא אזרחות - שהיו מאפשרים עבודה מכובדת ויציאה ממעגל העוני. הציבור החילוני הוא ציבור מתאבד, המסכים לממן (באופן עקיף) גם את תעשיית החזרה בתשובה ההולכת ומתרחבת. האוכלוסייה החרדית היא כ-10% מאוכלוסיית המדינה, אבל מספר ילדיהם בכיתות א' מגיע ל-25% מסך כל התלמידים. כלומר, כוחם רק יילך ויגדל, ויום יבוא ולא יהיה אפשר להקים ממשלה בלעדיהם.

אבל ככל שמספרם יגדל כך יגבר הכעס על השתמטותם מצה"ל ויגדל הפער הכלכלי בינם ובין החילונים - כי התמורה להשכלה ולידע רק גדלה. החילונים יצטרכו לפרנס אוכלוסייה הולכת וגדלה, שאינה עובדת. לכן תהיה הכבדה בנטל המס, באגרות, בארנונה ובהיטלים. החמור החילוני יצטרך לעבוד קשה יותר ולשלם מס גבוה יותר כדי לממן את החרדים.

אך גם לכוחו של חמור יש גבול. הצעירים החילונים בעלי ההכנסות הגבוהות יכרעו ראשוניים תחת נטל המסים. הם יירדו מן הארץ. יזמים יחפשו מקום אחר, עובדי היי-טק ועובדי כפיים יילכו לרעות בשדות זרים. לכן יהיה צורך להעלות את נטל המס על כל מי שישאר, ואז צעירים נוספים יעזבו, וכך הלאה והלאה - עד שהחלום הציוני יטבע.

ממדינת ישראל כפי שאנו מכירים אותה יישאר יישוב חלש, חרדי ברובו, החי מכספי חלוקה, תרומות ומעשרות. בשביל זה לא יהיה צורך בנבוכדנאצר או בטיטוס. אנו מחסלים את הבית השלישי במו ידינו.



בילוי נעים!

בשבת האחרונה פתחנו את המשבצת התרבותית החדשה :
"עונג שבת" – מפגשים מוסיקליים בשבתות בבוקר.

במפגש הראשון והנהדר ארחנו את "שלישיית מור" (אמיר גינת-שירה, עמוס יובל-חלילים ונגה ישורון בפסנתר) בתכניתם "הקול והכלי".

מפגשי המוסיקה הם על בסיס מוסיקה קלאסית קלה ועברי,
ומיועדים למבוגרים ולבוגרים (נערים/ות שאוהבים את התחום). כל
המפגשים יתקיימו במועדון בשעות 12:00 – 10:30 (נא לדייק).

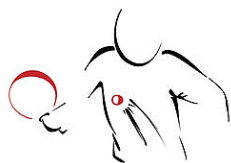
תכנית המפגשים מגוונת ובהם נארח זמרים/ות ונגנים בהרכבים
שונים. לבקשת רבים להלן התאריכים למפגשי "עונג שבת" הבאים :

★ 2.2 – עמוס יובל – חלילים וטובה בלומין - אקורדיון (קלאסי
קל ועברי).

★ 2.3 – התכנית בהכנה.

★ 6.4 – "שלישיית עדי" (חלילים גיטרה וצ'לו).

בשורה טובה לכל אוהדי הפינג פונג



חגי, מנהל תפעול הקהילה, אישר לנו קניית שולחן פינג פונג
עם כל האביזרים הנלווים. חוג הפינג פונג מתקיים באגף המערבי
של חדר האוכל בימי ראשון ורביעי משעה 17:00 אחה"צ.

בכל השאלות על החוג אפשר לפנות לבנק, וזו גם ההזדמנות להודות לו על שהגשים
לנו חלום זה.

תודה גדולה גם לחגי, והעיקר – כולם מוזמנים!

אוהדי החוג

הנכם מוזמנים למשחק מטה אשר "גליל" עבו חול מכבי הוד השרון



חוזרים מהפגרה ישר לשגרה!
ביום שלישי 15.1.19 בשעה 19:00 בהיכל נעמן.

בואו לעודד את הקבוצה!





סודות הנטורופתיה / מיטל קלרפלד

איך לאכול בריא (יותר) בט"ו בשבט

סופסוף אחרי חג הטיגונים והסופגניות הגיע החג של אוהבי הפירות! מי שקורא את הכתבות שלי יודע כמה אני ממליצה ומעודדת לאכול פירות טריים על בסיס יומיומי וכמה הפירות חשובים לנו ומקדמים בריאות טובה, הרזיה טבעית ותמיכה ביכולת הגוף לנקות את עצמו מרעלים.

אך מה לגבי הפירות היבשים? הנה כמה נקודות שחשוב לדעת:

- 1. העדיפו תמיד מזון שלם** - כשאנו רוצים להתחיל לאכול תזונה טבעית, כדאי לשים לב לצורך כמה שיותר מזון טבעי, לא מעובד ושלם. כלומר - הכי קרוב למצבו הטבעי. כך הוא יתעכל בצורה האופטימלית בגוף וישפיע לטובה מכל הבחינות. פירות יבשים הם פירות שיובשו ממים, רכיב חשוב הקיים בפרי הטרי. המים בפרי תורמים לעיכול טוב יותר, שובע טבעי ותורמים לניקוי פסולת מתאי הגוף. לכן, קיימת **עדיפות** לצורך את הפירות במצבם הטבעי והטרי. יחד עם זאת, אין שום בעיה לצרוך גם פירות יבשים כחלק מתזונה בריאה ומאוזנת.
- 2. אורגני כן או לא?** כדאי מאוד לרכוש פירות יבשים אורגניים בלבד וללא תוספת סוכר, בכדי להימנע מלהכניס לגופכם סוכרים מעובדים, גופרית וכימיקלים שונים שנועדו למשוך את העין. קחו לדוגמא את מראה המשמש המיובש הרגיל בצבעו הכתום זוהר לעומת צבעו החום טבעי אך הלא מפתה במיוחד של המשמש האורגני, למרות שטעמו של המשמש האורגני טוב יותר! נסו ותראו. קל היום למצוא פירות יבשים באיכות מעולה בחנויות הטבע השונות.
- 3. תמרים לעומת סילאן** - גם כאן שימו לב להעדיף את המזון השלם והטבעי יותר, הסילאן בעצם זהו דבש התמרים שהוציאו מהם את הסיבים התזונתיים ולכן אם יש לכם אפשרות בחירה, מומלץ תמיד להעדיף את התמרים העשירים בסיבים במקום את הסילאן, אז למשל אם אתם שוקלים/מעדיפים להמתיק את התה בסילאן במקום סוכר או ממתיק מלאכותי, מתוך מחשבה (נכונה) כי זהו תחליף טבעי בהרבה, עדיף אפילו יותר לא להמתיק את התה בכלל ובמקום זאת לאכול לצד התה תמר/פרי יבש אחר.
- 4. בשורות מעולות לאוהבי התמרים** - מחקר שנעשה בטכניון בשיתוף המרכז הרפואי רמב"ם מצא כי אכילת תמרים בכמות של 100 גרם ליום לא רק שאינה גורמת לעלייה ברמות הסוכר בדם, אלא אף עשויה לשפר את איכותו של הכולסטרול בדם (מכיוון שלא רק **רמתו**, אלא גם **איכותו** של הכולסטרול בדם קובעים את מידת הסיכון למחלות לב וכלי דם כמו התקף לב ושבץ מוחי - נעשה מאמץ מחקרי לאיתור פירות וירקות המכילים נוגדי חמצון פעילים במיוחד, העשויים לשפר את איכותו של הכולסטרול בדם, על ידי עיכוב חמצונו. ככל שהכולסטרול מחומצן יותר, כך גדלה נטייתו לשקוע בדפנות העורקים ולגרום לאפשרות שייחסמו ונוגדי החמצון בפירות ובירקות מונעים זאת).

פירות שנחקרו רבות ונמצאו כבעלי נוגדי חמצון חזקים במיוחד הם הרימון והענבים האדומים, אך כל הפירות והירקות תורמים נוגדי חמצון חשובים ומומלץ לצרוך מהם כמה שיותר ובמגוון רחב. במחקר המדובר שנערך על נבדקים בריאים, נמצא כאמור כי אכילת 100 גרם תמרים ליום במשך כחודש, לא גרמה לעלייה ברמות הסוכר בדם, ובנוסף, רמות הטריגליצרידים (שומנים בדם) ירדו. בכך מצטרף התמר לרשימת הפירות המגנים מפני טרשת העורקים. לסיכום, הרבו באכילת פירות וירקות טריים ובנוסף גוונו את התפריט עם פירות יבשים איכותיים. חשוב לי לציין, כמו תמיד, כי אם כבר יש איזשהו מצב בריאותי לא מאוזן או מחלה ברקע ו/או לקיחת תרופות כרוניות יש לעשות שינויים תזונתיים בהדרגה, בליווי מקצועי מותאם אישית ובשיתוף מלא של הרופא המטפל (וזה הרבה יותר קל ואפשרי ממה שזה נשמע). שיהיה לכולנו חג פירות שמח והמוון בריאות!

מיטל קלרפלד, נטורופתית, מתמחה בתזונה לניקוי רעלים והרזיה בשילוב פרחי באך לאיזון רגשי. מטפלת ב"הרמוניה" עין המפרץ. 052-3967105 / 04-9852313. אין בדברים האמורים להוות תחליף ליעוץ מקצועי. בכל שינוי תזונתי יש להיוועץ ברופא.

חדש! חדש! "מחול לפרקינסון"

מחול לפרקינסון היא תכנית שפותחה בארה"ב לחולי פרקינסון במגוון סימפטומים גופניים ורגשיים. המחול מעניק חיזוק שרירים, גמישות, שיפור שיווי משקל ויציבות, שיפור קוגניטיבי, מקום לביטוי עצמי ובטחון בסביבה תומכת.

הקורס מתקיים **בימי חמישי בשעות 10:30-11:30** בסטודיו "פיטנס שרון" בקיבוץ סער.

המדריכה: **מרתה גולדמן** – מורה ותיקה לתנועה, יוגה, ניה, מחול והתעמלות לגיל הזהב; מתמחה בהדרכת התכנית "מחול לפרקינסון".



לפרטים צרו קשר עם מרתה גולדמן טל: 054-2101767

דוא"ל: Marthabn@gmail.com

למעוניינים ברקע נוסף על "מחול לפרקינסון" –

אפשר לחפש באינטרנט "Dance for Parkinson"

"נפגשות" ומחדשות חסרות ראשי חודשים, חוגגות, לומדות

ומשוחחות על חגים ומועדים בקהילה

מפגשי ראש חודש – אתנחתא ממרוץ החיים והזדמנות למפגש נשים ממסורות שונות ומכל הגילאים, המעוניינות בלימוד, שיח, חוויה וטקסים.

השנה מציין ונלמד את חגי לוח השנה העברי מנקודת מבט נשית-אישית, משפחתית, קהילתית ולאומית עם חגית אקרמן – מנחה במדרשת אורנים.

המפגשים יתקיימו **בימי ראשון, בין השעות 19:00-21:30**, במרכזים הקהילתיים או ביישובי המועצה בתאריכים הבאים:

ראש חודש שבט - ט"ו בשבט במועדון תרבות בבוסתן הגליל	6.1.19
ראש חודש אדר א' - חודש העיבור בבית העם באחיהוד	10.2.19
ראש חודש אדר ב' - פורים במועדון לחבר ביסעור	10.3.19
ראש חודש ניסן - סדר נשים במועדון הפיס עמקא	7.4.19
ראש חודש אייר - יום הזיכרון ויום העצמאות במרכז הקהילתי בשבי ציון	5.5.19
ראש חודש סיון - שבועות במועדון לחבר בבצת	2.6.19
ראש חודש תמוז - קיץ במועדון לחבר באפק	7.7.19

המפגשים ללא עלות אך דורשים הרשמה מוקדמת במייל nilia@matteasher.org.il

ממונה למניעת הטרדה מינית

תזכורת: בכל ארגון מתוקף החוק יש ממונה למניעת הטרדה מינית. אני רוצה להזכיר שאני ממונה למניעת הטרדה מינית במקומות עבודה בקבוץ. בכל שאלה מוזמנים לפנות אלי. כמו כן יש ברשותי תקנונים שחשוב לתלות במקומות עבודה.

בברכה,

מירב בר אילן

אמא מבשלת / אביטל צרפתי



אכלתי אצל חברתי פשטידה עם המון פוטנציאל (ועם דוחן), שהדוחן בה לא בושל לפני. דיברנו על כיצד להכין את הדוחן בצורה נכונה. הדוחן הוא דגן ללא גלוטן (מלא סוגי ויטמין B).

במהלך היום קטפתי מהגינה קייל, וזרמתי עם פשטידה: בזמן שבישלת דוחן וקינואה (שאותה מבשלים כמו פסטה) השריתי בקערה שיבולת שועל עם מים רותחים, והנה המתכון:

פשטידת דוחן

- קייל קצוץ
- פטריות קצוצות
- כוס דוחן מבושל (ניתן למצוא באינטרנט הוראות לבישול דוחן)
- חצי כוס שיבולת שועל מושרית במים רותחים
- כפית אבקת אפיה
- צנוברים
- 2 ביצים
- מלח ופלפל
- גביע קוטגי

♥ לערבב את כל החומרים, לשפוך לתבנית משומנת ולאפות בחום של 180 מעלות במשך 30-40 דקות.

19

מפגשי לימוד וחוויה לניצולי שואה ולוותיקי מטה אשר בבית לוחמי הגטאות

"יש חכמה חיה שהיא ביד מלאה ופתוחה,
באוויר, במים, בחתק פרי לכל הקרב ורוצה בה..." (יאנוש קורצ'ק)

סיפורים קטנים משואה גדולה

עם אופירה עזריאלי והזמרת ויקי בהיר

אופירה עזריאלי, דור שני לזוג הורים שורדי שואה, מספרת סיפורים אותנטיים של אנשים שהיו "שם". בהרצאה משלבת אופירה חפצים, תמונות ועדויות של אמא שלה, שהייתה תאומה זזה באושוויץ.

**"אני דור שני – עכשיו תורי לספר" – הרצאה שהיא חובה לשימור
זיכרון השואה!**

ביום שני 28.1.19 בשעות 15:19-16:45 במוזיאון לוחמי הגטאות.
עלות: 30 ₪.

הרשמה אצל המקשרים ביישובים עד יום ג' 22.1.19.
למידע נוסף: אירית חושקובר, 050-7548053, 04-9109022



מרכז קהילתי נעמן

הנריקה צימרון בנצח

צימרון במפגש מלא בסיפורים וחוויות מפגישותיו הסודיות, מאחורי הקלעים, עם המנהיגים הביטחוניים של המדינות הסוניות המתונות מסביבי



לישראל מאירן, סעודיה, המפרץ ועד מרוקו, הביא לנו תסכית אזורי מרתק על האפשרויות המפתיעות העומדות בפני ישראל ויכולתה להפוך למעצמה אסטרטגית אזורית עם השלכות ויתרונות כלכליים, ביטחוניים ותרבותיים. צימרון סיים בטעם של בחירות...

נהנינו מסיפורים מרתקים, חברותא טובה, חברים מכל קיבוצי האשכול (והסביבה...), קפה טוב ועוגות טובות. תודה רבה לחברות צוות גמלאים צעירים נעמן, שפועלות במרץ על המשך תוכנית מפגשים עשירה ומגוונת שתפורסם בקרוב.

תודה לעין המפרץ על האירוח במועדון שלכם (לנחמה הלפרין, אראלה אסף, מיכאל הוכמן, רוחלה כהן)

אנוי על אופניי – "תרבותי" – הצלח

20

במזג אוויר סוער וגשום, נפגשנו לצפות בהצגה השנייה במנוי, בהצגה "זה שלי" של תאטרון השעה הישראלי, על פי ספרו של הסופר רן כהן אהרונב. הילדים יצאו עם אביב למשימת בילוש, לנסות למצוא למי שייכת האבדה שאביב מצא ולהחזיר אותה לבעליה, בסופו של המסע מוצאים גם הם מציאה חשובה - חברה חדשה!

להתראות בהצגה הבאה "מלך הטבע", אגדה ירוקה ומשעשעת. נלין, נערה צעירה חובבת טבע, מקבלת הזדמנות פז לבקר בארמונו של המלך ראגיו, מלך הטבע. היא מתרגשת מאוד, הרי ידוע שארמונו של המלך מוקף טבע מרהיב, אך כשהיא מגיעה לארמון, היא מגלה לאכזבתה שהמלך אינו יוצא כלל החוצה, ושאלו לו שום עניין בטבע! אבל איך זה יתכן?! מתפלא נלין, הרי הוא מלך הטבע...

הביקורות משבחות: עם שירים מקוריים ומהנים ועם צמד שחקנים שמצליח לסחוף את הילדים, ההצגה שכתבה יערה רשף נהור מצליחה להסביר את חשיבות השמירה על הטבע בדרך שמחה להפליא. בשתי מילים: בואו לראות.. ההצגה במסגרת המנוי תוצג במרכז קהילתי נעמן, בשבוע פסטיבל "תרבותי" יום שני, 21/1/19, שעה 17:00.

סדנא להורים, חינוך לסקרנות וצמצמות בעולם האודרני

דרך סיפורי המרתקים, שוזר ד"ר דניאל נווה (אנתרופולוג באוניברסיטת בר אילן) כלים המתבססים על החשיבות של משחק, למידה מסיפורים ותנאי קשר אופטימליים. המפגשים בנויים משילוב של הרצאות ופרקי זמן למחשבה, שיח והטמעה של צעדים מעשיים בחיי היום יום. הסדנה בשיתוף המרכז הקהילתי, בית ספר גוונים, מרכז צעירים מטה אשר והמחלקה לחינוך בלתי פורמלי. הסדנא תתקיים במרכז קהילתי נעמן וכוללת שני ימי ראשון 20/1/19 + 27/1/19 בין השעות 20:00-22:00. עלות: 100 ₪ ליחיד, 150 ₪ לזוג. לפרטים נוספים והרשמה יש לפנות לנופר-מרכז צעירים בטלפון מספר 052-3669679.

שבוע פסטיבל "תרבות" מאת 20-21/1/19 - תרבות זה הטבע שלנו!

בטי"ו בשבט יפתח שבוע פסטיבל תרבות וטבע ביישובי המועצה, בשיתוף המרכז הקהילתי והיחידה לאיכות הסביבה מטה אשר. במסגרת הפסטיבל תיהנו מהרצאות טבע ובריאות, פעילויות יצירה לכל המשפחה, מופעים, הצגה לילדים, ערב שירה וסדנאות ציור בטבע. להלן כמה מהפעילויות שיתארחו גם בקיבוצי אשכול נעמן:

- ★ 20/1/19 (יום א') נפתח את הפסטיבל **בערב שירה עם ליאורה בלון והנגנים** (הרכב נגנים מקסים, שהתארח בעבר בנעמן), הפעם יתקיים בבית התרבות בראש הנקרה. הכניסה חופשית, כולל כיבוד ברוח החג.
- ★ 21/1/19 (יום ב') ההצגה **"מלך הטבע"**, במרכז קהילתי נעמן, במסגרת מנוי ההצגות לילדים. עלות להצגה בודדת לילד: 40 ₪ (מבוגר מלווה לא משלם).
- ★ 21/1/19 (יום ב'), במסגרת **"שני בריאות"** – הרצאתו של פרופ' שאול עטר, מנהל מערך קרדיולוגי "יד על הלב" מועדון קיבוץ יסעור. הכניסה חופשית.
- ★ 22/1/19 (יום ג') **"טרם Show"** - מופע לכל המשפחה באולם המופעים מטה אשר בכברי. עלות כרטיס: 40 ₪, מהרו להזמין כרטיסים באתר www.umacabri.co.il
- ★ 23/1/19 (יום ד') **הפנינג לכל המשפחה** בכפר מסריק בשעה 16:30. פעילויות מקסימות עם החברה להגנת הטבע. הכניסה חופשית.
- ★ 24/1/19 (יום ה') הרצאה **"להזמין את הטבע לסלון"** עם צלם הטבע אלון מאיר בקיבוץ אפק. עלות: 20 ₪ כולל כיבוד קל.
- ★ 24/1/19 (יום ה') **קרן פלס במופע 'שקופים'**, באולם המופעים מטה אשר בכברי.
- ★ 25/1/19 (יום ו') **סדנת ציור בטבע בנחל נעמן**, בשעה 09:00, עלות 35 ₪. יש להירשם מראש

להתראות, מיכל 050-6952114

21

אנו מזמינות אתכם לדיאלוג אמיתי בנושא: **לחץ חברתי על הילדים שלנו**

מפגש עם בקי מעוז – הסיפור של רוי
ופניה זוהר – מעורבות/התערבות בחיי הילדים שלנו.
ביום שני 28.1.19 בקיבוץ עין המפרץ

לפני כשבועיים העליתי פוסט בנוגע למפגש עם הורים אחרי המקרה המצער של רוי מעוז. התגובות וההיענות היו מדהימות. ההשתתפות ללא תשלום אך מחויבת בהרשמה מראש. מס' המקומות מוגבל.

האם אנחנו מכירים את תחומי העניין של הילדים שלנו?
האם אנחנו מצליחים לזהות סימפטומים של מצוקה חברתית?
מה הציפיות שלנו מבית הספר, ואיזה שיח חשוב לקיים עם הצוות החינוכי?
האם אנחנו יודעים איפה הילדים גולשים?
מה עושים כאשר החברים שלהם לא בדיוק החברים שהיינו רוצים שיהיו להם?
שינויים פיזיולוגיים - איך זה משפיע על הדימוי העצמי?

בתוכנית:

19:00 - קפה ומאפה ★ 19:30 – הרצאה פעילה ודיון ★ 20:30 – שאלות

ט"ו בשבט
ה'תשפ"א
אילנות!

דפח רבות

הפנינג ט"ו בשבט בשבת 19.1 - חוגגים עם הטבע ביער אחיהוד



בתכנית:

מסלול הליכה קל בשבילים פורחים (שעה קלה), מתאים לכל הגילאים ★ יצירה בטבע ★ פינת קפה, מאפה ותה צמחים ★ מרק ירקות חם (בשרי וצמחוני) ★ נקניקיות בלחמניות.

מי ברכב ומי באוטובוס – כולם באים

באוטובוס: יציאה בשעה 10:00 ממגרש החניה.

ברכב: פרטים על לוח המודעות.

* באחריותכם: נעלים נוחות להליכה, מים לדרך, מחצלות/כיסאות, משחקים וכדורי משחק.



שבוע סרטים דוקומנטריים

א'-ה' 31.1 - 27

שבוע הקולנוע הדוקומנטרי חוזר אלינו שוב. השנה נתפרס על שבוע שלם שבמהלכו ניפגש עם ארבעה בימאים על סרטיהם, נקרין סרטים לילדי המרחבים והנעורים וגם במסגרת מועדון יום ג'. פירוט מלא על הסרטים בעלון הבא ועל לוח מודעות התרבות. בין היתר נקרין את הסרטים:

"שומרת נגיעה" – במרכז הסרט משפחה חרדית-מזרחית יוצאת דופן שבה הבלתי אפשרי הופך לאפשרי. הסרט מציג ברגישות דינמיות משפחתיות בין היוצרת – בת בכורה חילונית החיה עם בת זוגה, לבין ההורים ושנים עשר אחיה ואחיותיה החרדים מבית שמש.

"משפחה בטרנס" – הסרט מספר על משפחה מנהריה (שביקרה אצלנו) הנאלצת להתמודד עם הפיכתו של אב המשפחה (עמית) לאישה טרנסג'נדרית. זהו סיפור על משפחה שלא נענית לתכתיבים; משפחה ששוכנת מוסכמות חברתיות; משפחה שמשנה את מה שחשבו שאנחנו יודעים על מגדר, זוגיות, הורות וטרנסג'נדריות. אבל יותר מכל, זהו סיפור על משפחה שמגדירה מחדש את גבולות ההכרה, הקבלה והאהבה של הקרובים לנו ביותר.

"ארבעה חברים ומטוס" – זה סיפורה של חבורת אנשים צעירים, עם התלהבות וחלום, שהתקבצה לפתח מטוס עברי ראשון, ה'ערבה', שהמריא, התרסק והמריא שוב. על חברות וחלוציות אמיתית. תיעוד בזמן אמת של האנשים, הניסויים המסוכנים והרגעים הגדולים והמרגשים. סרט על חלוציות ועל אמונה בלתי מתפשרת... סיפור על אנשים.

"אחרייך" – סיפור משפחתי בדואי שתועד במשך שבע שנים. תלאותיה של משפחה בדואית שעברה מתל שבע לגור ביישוב עומר, ומשאלתה האחרונה של האם החולה היא להיקבר בעומר. הישוב מתמודד עם הבקשה היכן לקבור את תושבי הישוב שאינם יהודים. הסרט מתעד משפחה שנקרעת בין הגשמת משאלתה של האם לבין דילמות חברתיות והלכתיות.

צפייה נעימה