



עלון מס' 8 (3282)
י' טבת תשפ"א
25 דצמבר 2020



הכל משתנה חדשות
לבקרים וסגר לפנינו,

אך בחנוכה היה אור.

מצעד הלמפיונים של
ועדת תרבות בחנוכה.





שבוע טוב ומסוגר לנו, לעם ישראל ולעמי כל העולם. הקרצייה הזו ששמה "קורונה" מתעתעת ומשנה סדרי עולם, לא פוסחת על אף מדינה, וממשיכה להשתלט גם על מדינות ירוקות. אנחנו המאה ה-21 והווירוס הזה צוחק ומתעתע, בנו, במדענים, בניהול המלחמה נגדו, ומפיל קורבנות בלי לפסוח על אף גיל. לשמחת כולם, הצליחו לייצר את החיסון המיוחל, וכולנו יוצאים למרוץ החיסול של המגפה המשפילה הזו.

ואם זה לא מספיק גם ובנוסף למגפה, מדינת ישראל מיטלטלת מבחירות לבחירות, כשיד נתניהו הבוטחת מנווטת את כולנו לחמוק מהמשפט שעומד מעל ראשו. אז הנה, אין בידור ואין תרבות, אבל הולכים להצגה הגדולה הרביעית השנה.

ובעלון – לקראת שינוי העלאת הפנסיה אחרי דיונים, דחיות, התנגדויות ועוד שכאלו, ישנה הצעה משותפת של צוות מתנדבים של הפנסיונרים, צוות עדכון החוברת והנהלת הקהילה. נקווה שסוף סוף הסאגה הזאת תיפתר **וההצבעה תהיה פה אחד להצעה זו**.

כמו כן יש הודעות מטעם הנהלת הקיבוץ הנוגעות להמשך הסדרי הביטוח הסיעודי. יש לקרוא בעיון ולהחליט מה טוב לכל אחד מאיתנו.

שדרוג חצר הקיבוץ ממשיך להתקדם, מידע על כך בדף מידע מס' 20 (שימו לב למספר) מביא לנו בהתמדה **אריה רז**.

יש לנו וועדה לצרכים מיוחדים. מה בדיוק וועדה זו עושה, תוכלו לקרוא בראיון שערכה דפי עם רכזת הוועדה **ענת אשכול**.

ידעתם שבספריה הקימו "**מרכז למידה**" בתמיכת מילואות? אז הנה, אם תקראו – תדעו. בערב מקסים בספריה, הביאו **יעל והספרניות** את **בתי ויונת רוטמן** למפגש הוקרה לספרים שנכתבו על ידן. מי שלא נכח פיספס, אבל קצת מידע תמצאו בהמשך העלון.

שנדע ימים טובים יותר,
שבת שלום,
מוכה

מה קורה - (לפי סדר העמודים)

3	לקראת הצבעה
3-4	מעמותת הוותיק
5	שדרוג מערכות
6-7	מהנהלת הקהילה
8-9	ועדת צרכים מיוחדים
9	כדורעף מטה אשר-עכו
10-11	מהספריה – ספר בנעלי בית
12-13	טקס הסרת הלוט במרכז הלמידה בספריה
14-15	טיפים כיצד לעבור את החורף בטוב
15	רישום גשמים
16-17	קצת הומור
18	דף תרבות

ברכת החלמה מלאה שלוחה לכל חולינו.

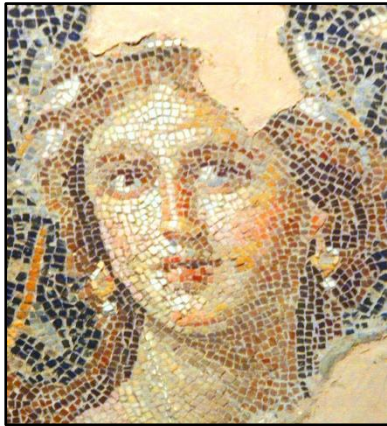
לחיילינו, באשר הם, שלוחה ברכת שלום ושלווה.
שובו הביתה בשלום.

לקראת ההצבעה בשבוע הבא:
הצעה משותפת של צוות הפנסיונרים, צוות עדכון
החוברת והנהלת הקהילה לשינוי העלאת הפנסיה –
סעיף 10 מתוך ההצעה הכוללת בנושא הפנסיה

אנגנון העלאת הפנסיה:

- 1.1. בתחילת שנת 2021 פנסיית המטרה תעמוד על 5,600 ₪. חברים מגיל 77 ומעלה (קב' א) יקבלו 6,000 ₪.
- 1.2. החל מינואר 2022 תעודכן גובה פנסיית המטרה ב- 80 ₪ לחודש כל שנה עד הגעת פנסיית המטרה ל- 6,000 ₪.
- 1.3. חבר שהגיע לגיל 77 במהלך 5 השנים הקרובות יקבל גם הוא פנסיה בגובה 6,000 ₪.
- 1.4. בשנה בה תגיע פנסיית המטרה לסכום של 6,000 ₪ לחודש תעודכן פנסיית המטרה ב- 0.5% לשנה למשך 5 שנים נוספות.
- 1.5. לאחר 10 שנים ייפסק העדכון האוטומטי.
- 1.6. במהלך תקופה זו יידרש רוב של 2/3 לקיום דיון בסעיף 10 להלן.

מעמותת הוותיק



מלון קיבוץ לביא מזמין אתכם:

לנופש מוזיקלי עם הרבה צחוק ואוכל משובח, אשר יתקיים
בתאריכים 7-9/2/21

הנופש כולל: טיול מודרך ביום הראשון לאתר לאומי ציפורי,
וביום האחרון ביקור במגדלא, ששם נחשף לממצאי
הארכיאולוגיה שהתגלו לאחרונה.

בסיס אירוח חצי פנסיון + ארוחת מרקים פעם אחת
המחיר לאדם בחדר זוגי: 1,380 ₪, בחדר בודד: 2,400 ₪
התשלום בשלושה תשלומים שווים, באשראי ובצ'קים

בתכנית:

יום ראשון:

- 15:00 - **ברוכים הבאים** - קבלת פנים הכוללת ארוחת צהריים קלה ומפנקת.
- 17:00 - **צחוק יפה לבריאות** – סדנת צחוק עם **נויה מנדל**, שחקנית, סטנדאפיסטית ובדרנית מן השורה הראשונה. במופעי הסטנד-אפ שהיא מעלה היא מתחברת לנקודות הדופק והצחוק של כולם.
- 19:00 - **ארוחת ערב** בסגנון עדות ישראל.
- 20:30 - **שירי ארץ ישראל היפה והטובה** - ערב שירה עם **גדי רוה**. הנחייתו משלבת שירה בציבור איכותית וזורמת, עם פרקים ססגוניים ופיקנטיים מחייו הלא שגרתיים בארץ ומחוצה לה, ומעולמם של הנוכחים בקהל. גדי מופיע בהצלחה בפני סוגי קהל שונים ומגוונים, ומצליח לרגש את הקהל שוב ושוב.

יום שני:

7: 30 - ארוחת בוקר

10: 30 - "קולולם" - שרים יחד בהנחיית אולפן ההקלטות סולביא.

13: 00 - ארוחת צהרים - שני סוגי מרקים ותוספות.

15: 00 - לביא עבר והווה - סיור חוויתי במפעל ריהוט בתי הכנסת ובבית מורשת.

17: 00 - "צלילים לנפש - תרפיה במוזיקה" מסע מרתק עם חרות שוורץ.

19: 00 - ארוחת ערב כמיטב המסורת היהודית מלווה בניגונים חסידיים.

20: 30 - מופע צחוק - סטנדאפ שרה שמיר - חברת קיבוץ כפר סאלד באצבע הגליל, היא בוגרת החוג לתיאטרון ובוגרת התמחות בתיאטרון קהילתי. שרה היא בימאית ומורה למשחק עם ניסיון של יותר מ-20 שנה בבידור ובתורת התיאטרון.

יום שלישי:

7: 30 ארוחת בוקר ופינוי חדרים

10: 00 - הרצאה לנשמה - "חיים בקיבוץ, תרומת כליה ומה שביניהם" עם שלום אשכנזי.

11: 00 - קפה ומאפה רגע לפני שנפרדים עד הפעם הבאה.

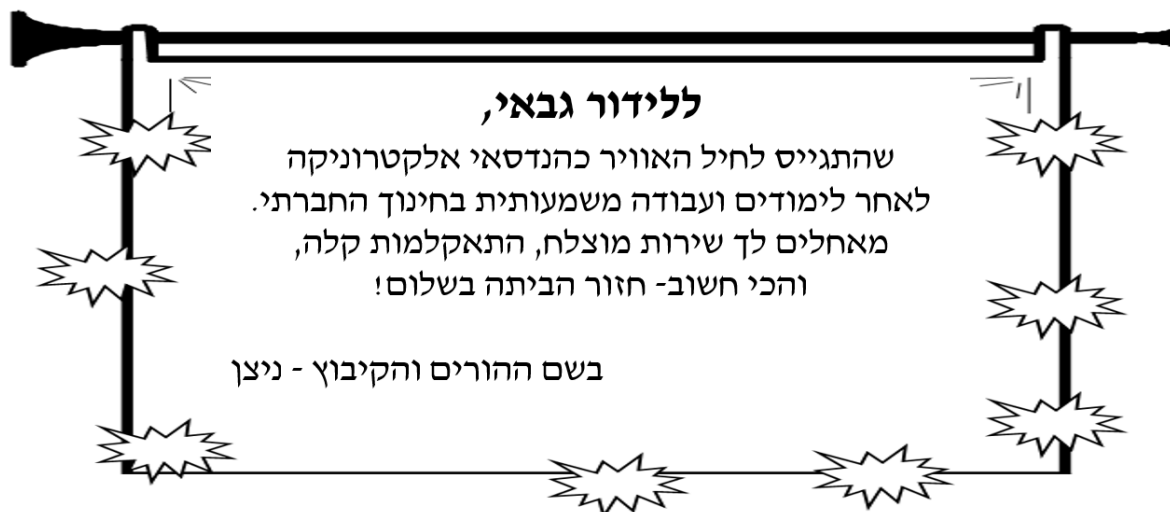
לבסוף נצא לסיור במגדלא, וחזרה הביתה שבעים ומרוצים.

*בריכה מקורה וחדר כושר בהתאם לתו הסגול

יש לדעת שהנופש יתקיים כמתוכנן בהתאם ובכפוף להוראות משרד הבריאות

להרשמה : אירית - 050-7548053, מירב - 050-5890612

מיזם "הרצאות מהכורסא" בשיתוף "יהל" מזמין אתכם להירשם ולהתרשם ממגוון הרצאות מוקלטות של מיטב המרצים. מוזמנים ל-7 ימי ניסיון ללא תשלום, לא בזום! נכנסים וצופים בהרצאה המוקלטת בזמן הנוח לכם. מומלץ בחום! מגוון הרצאות העשרה לצפייה ישירה בזמן שנוח לך! בשבוע הניסיון תוכלו להתרשם מהתכנים באתר ולצפות חינם בחלק מההרצאות. לאחר ההתנסות ניתן לרכוש מנוי עם גישה לכל ההרצאות במחיר משתלם. פרטים והרשמה באתר האינטרנט של עמותת הוותיק. צפייה מהנה!



שדרה מערכות – דף מידע מספר 20 / אריה רז

1. מתחם 2 - משאר הים

נוי ונוף:

- בהתאם לתכנון אדריכל הנוף נשתלו בשטחים הציבוריים עצים ושיחים. העבודה בוצעה על ידי צוות הנוי שלנו. עדיין יש מספר קטן של השלמות. יש לציין שהוחלט בשיחת הקיבוץ שההרדופים בכניסה לקיבוץ יישארו, ולא תבוצע לפי הצעת המתכנן.
- מסלול התעלה – דרך 6: לאחר בדיקה חוזרת של קו המתח הגבוה נמצא שהקו תקין. השטח מוכן לשתילת הדשא.



2. שכונת כ"א

דרכים ושבילים:

- דרך 52 – המתחילה ליד בתיה שחף ומסתיימת ליד טיבי, קבלה שכבת מצעים ראשונה. בכל שלבי העבודה השתדלנו לשמור על תנועה סבירה לקלנועיות והולכי רגל. נכון להיום, כל התשתיות בדרך מוכנסות לקרקע. לפני שמוסיפים שכבת מצעים שניה, ולאחריה האספלט, נדרש להשחיל את כבלי החשמל ותקשורת, על מנת לוודא שאין סתימות או תקיעות בדרך. במידה ויהיו, יהיה צורך לחפור ולשחרר את הסתימה.
- פוזרה שכבת מצעים ראשונה בדרך הבריכה ובשטח הדרומי שבין דירות החברים והעצים. הקבלן החל להכין את מסלולי השבילים אל דירות החברים.
- כביש 5 – הנמצא ליד התעלה והמתחם, מסלולו יישאר כפי שהוא כיום. כן יבוצע שביל הולכי הרגל שימשיך מסוף השביל הקיים ליד נועם שחף ועד לאזור המשתלה.
- ביוב:** ליד הבור הקיים, "בור אמציה", הוכנס בור ביוב חדש ועמוק יותר. על ידי כך התאפשר לנו להפריד בין מערכת הביוב שלנו לבין זו של המתחם, דבר שיקל על הטיפול בעלויות התפעול השוטף. כל הקווים החדשים בוצעו, ולאחר הפעלת משאבת הביוב החדשה, ניתן יהיה להתחיל ולחבר את בתי החברים למערכת החדשה.
- מים:** קווי המים הגיעו עד למגרשי החברים. גם בשכונה זו מערכת השקיה תהיה במי מקורות. במסגרת הפרויקט, צוות התשתיות שלנו ביצע השלמת מעגל מים ראשי מסביב לכל תחום בתי החברים.
- חשמל:** כל צנרת החשמל הוכנסה לאדמה, החלו להשחיל את הכבלים הראשיים. בשכונה יהיו חמישה ארונות שכונתיים, שמהם יוצאות שלוחות לארונות הביתיים, שרובם כבר הוצבו.
- הכנת עמדות טעינה לרכב חשמלי:** התכנון לוקח בחשבון שבעוד שנים לא רבות השימוש ברכב חשמלי יגבר, ולשם כך נדרשת תשתית מתאימה. בשלב הראשון, כמות העמדות תהיה קטנה. בעתיד, עם הגדלת הדרישה, נקים חדר חשמל חדש שיספק את הצורך. כאמור, התשתית לכך תבוצע כבר בשלב הזה.
- תקשורת:** כל הצנרות מגיעות כבר למגרשי החברים. מתוכנן להתחיל ולחבר את הבתים בסוף חודש פברואר 2021.

עבודות השדרוג מתבצעות בהתאם ללוח הזמנים. משך העבודה שנקבע היה 10 חודשים. המטרה והכוונה לסיים את השדרוג עד לראשית יוני 21. לאחר מכן יהיו השלמות של גינון. ברצוני לציין לשבח את שיתוף הפעולה הטוב של דיירי השכונה, שגילם גבוה, עם הצוות המטפל בתשתיות.

הודעות מהנהלת הקהילה

1. שינויים בביטוח הסיעוד:

לאחר החלטת הקיבוץ בדבר שינוי בביטוח הסיעודי והעברת כלל החברים לקרן סיעוד פנימית, אנו מעדכנים כי עד היום שילם הקיבוץ עבורך פוליסת ביטוח סיעוד בחברת מגדל בסכומים המצורפים.

פוליסה זו מכסה תשלום במקרה של אירוע סיעודי על סך 4,000 ₪ לחודש לכל החיים. במידה והנכם מעוניינים שלא להמשיך פוליסה זו יש ליצור קשר עם משקי טנא סוכנות הביטוח בטלפון המצורף לצורך חתימה על טפסי הביטול, ולהודיע על כך לניצן שחף או אפרת צור. עם הודעתך, התשלום יוכל להמשיך להתבצע באופן קבוע ע"י הנה"ח או כרטיס אשראי.

מי שיבחר לבצע את התשלומים בכרטיס אשראי יידרש להציג את הפוליסה אחת לשנה בפני צוות סיעוד.

בהתאם לכך יחולקו דפים לתאי הדואר לבחירת המסלול המתאים לכם.

*יש להחזיר מכתבים אלה לתא דואר מס' 14 של המזכירות בחדר אוכל.

**מי שלא יחזיר מכתב זה יחויב בעלות הביטוח במגדל.

משקי טנא סוכנות לביטוח:

- מרכז שירות הלקוחות: 054-3388963, web@mkb-tene.co.il
- פבל כצמן סוכן הביטוח: 054-6704778, pavelk@mkb-tene.co.il
- דרור יוזפסון סוכן הביטוח: 054-9911094, drorjos@mkb-tene.co.il

בברכה,

ניצן שחף

תפעול קהילה

2. הפרדת תקציבי נערים עובדים מהוריהם:

כחלק מחובת הדיווח של הקיבוץ לרשויות המס אנו נדרשים להציג הכנסת כל חבר וחבר. לשם כך אנו נדרשים להפריד גם את הכנסות ההורים מילדיהם העובדים בענפי הקבוץ ומקבלים על כך שכר. לכן, מתחילת 2021 נפריד את הכנסות העבודה (דו"ח עבודה תלוש פנימי מעדנה) ותקציבם של כלל הנערים העובדים מהוריהם. התקציב הנו תקציב הכנסות בלבד.

ההורים יכולים לבקש בהנה"ח כי הכנסה זו תוחזר לתקציבם או תישאר ביתרת זכות בקבוץ.

לפרטים ניתן לפנות לכרמן או עופר.

3. הודעה בדבר מענק קבורה:

החל מינואר 2019 מתקבלות קצבאות אזור וותיק של הביטוח הלאומי לחשבונות הבנק של החברים. לפיכך, גם במקרה של פטירת חבר חו"ח, מענק הפטירה עובר לחשבון הבנק של בן הזוג של החבר.

מכיוון שכל הוצאות הקבורה מתבצעות ומשולמות ע"י הקיבוץ, מענק זה - כפי שהיה תמיד - שייך לקיבוץ. לפיכך, כאשר מתקבל הסכום בחשבונו של החבר יש להעבירו לחשבון הקיבוץ.

שלום רב,

לפני כשנה אושר באסיפה הסדר סיעוד שעיקריו היו:

- חבר במצב סיעודי זכאי לפיצוי חודשי על סך 3000 ₪ לכל ימי חייו.
- השתתפות החבר בעלויות ההסדר עומדת על 150 ₪ לחודש, המשולמים ע"י החבר לקרן הסיעוד.
- לצורך גידור הסיכון, קרן הסיעוד רכשה ביטוחים פרטיים במגדל לחברים בני 55 ומטה.

כעת התקבלה החלטה בשיחת הקבוץ על שינויים בהסדר הסיעוד:

- חבר במצב סיעודי יהיה זכאי להשלמת הכנסה עד לסך של 13,400 ₪ לחודש - השלמה לכלל הכנסותיו מפנסיה, קצבאות שארים מתוכניות פנסיה, וקצבאות ביטוח לאומי – זקנה, שארים וסיעוד.
- השתתפות החבר בעלויות ההסדר הוזלה ותעמוד על 100 ₪ לחודש, שישולמו עי החבר לקרן הסיעוד.
- החברים אותם ביטח הקבוץ בפוליסה חיצונית במגדל שיהיו מעוניינים בכך יוכלו לשמור את פוליסות הסיעוד שלהם ולשלם אותה באופן פרטי, במקום להצטרף לקרן.

אנו בטנא ממליצים מאד לבחור באפשרות של תשלום הפוליסות באופן פרטי, מכמה סיבות:

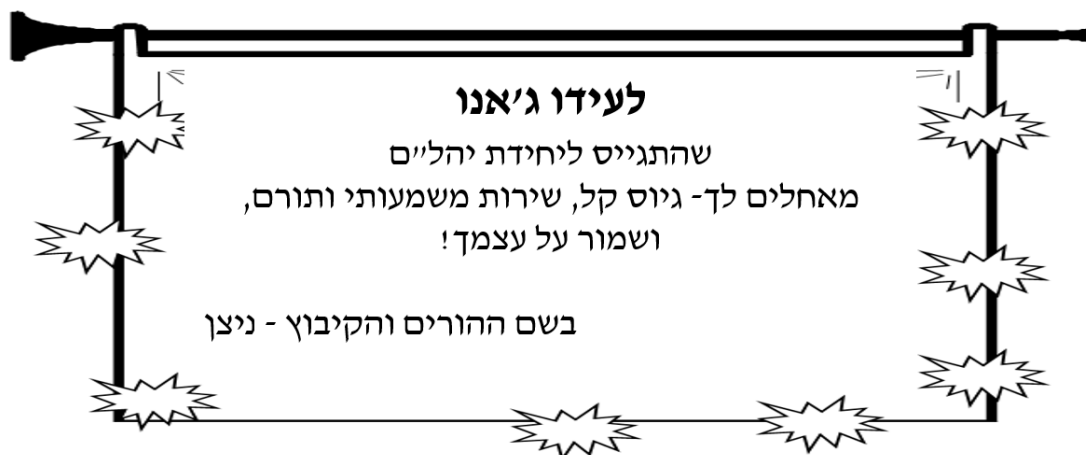
1. חברות הביטוח כולן הפסיקו למכור בסוף 2019 פוליסות מסוג זה (כנראה שלא היו מספיק רווחיות עבורן...) ואין להשיג היום פוליסות שכאלו.
2. מחיר הפוליסות נקבע בגיל ההצטרפות והוא קבוע לכל החיים.
3. הפוליסות צוברות זכויות וגם אם נפסיק לשלמן בעתיד, הכסף לא הלך לפח ונשאר עם כיסוי, לדוגמה, אחרי כ- 20 שנות תשלום נשאר עם כיסוי בסך של כ- 2000 ₪ גם אם נפסיק לשלם.

לאור המאפיינים הייחודיים של פוליסות הסיעוד אשר ברשותכם והעובדה שלא ניתן לרכוש כיום פוליסות כאלה, אנו מזמינים אתכם להתייעץ איתנו לפני קבלת ההחלטה וביצוע פעולה. אנו עומדים לרשותכם בטלפון, בזום ו/או בפגישה פרונטלית. בשיחה נציג בפניכם את עלות הפוליסה, עלויות אלטרנטיביות וחלופות, על מנת שתוכלו לקבל את ההחלטה המיטבית עבורכם.

- מרכז שירות הלקוחות: 054-3388963, web@mkb-tene.co.il
- פבל כצמן סוכן הביטוח: 054-6704778, pavelk@mkb-tene.co.il
- דרור יוזפסון סוכן הביטוח: 054-9911094, drorjos@mkb-tene.co.il

בברכת בריאות טובה,

משקי טנא, מקבוצת הביטוח החקלאי



מי הם החברים בוועדה? "אני רכזת הוועדה. בנוסף חברים בוועדה: **שגית**, מנהלת אגף הבריאות; **אפרת צור**, אחראית על תחום מיצוי זכויות; **שרון** עו"ס המועצה; **שני לוריאן**, נציגת ציבור ועו"ס במקצועה; **תמיר שחף** מתוקף תפקידו כמנהל הקהילה."

כמה זמן הוועדה קיימת? "הוועדה הינה חדשה בקיבוץ, ועדיין נמצאת בשלבי התהוות. היא הוקמה מתוך דרישה של רשם האגודות השיתופיות בקיבוץ המתחדש. חשוב לי להדגיש שגם לפני שקמה הוועדה הפעילות שלי כרכזת התחום לא נעשתה באופן ריכוזי. כאשר היה צורך בקבלת החלטות הדבר נעשה בשיתוף החבר שעניינו עמד על הפרק, ובשיתוף בעלי תפקידים בקהילה, כגון מנהל הקהילה, מנהלת בריאות ורווחה וכו'."

אילו שינויים הביאה עמה הוועדה החדשה? "כיום, תהליך קבלת ההחלטות נעשה עם כל חברי הוועדה, כשלכל אחד מהם ניסיון ורקע בנושא. בנוסף, כל חבר בעל צרכים מיוחדים יכול להרגיש בנוח לפנות לכל אחד מחברי הוועדה. בנוסף, אם בעבר תחום הצרכים המיוחדים היה חלק מאגף הבריאות, הרי כיום הוועדה היא סטטוטורית, עצמאית, וקבלת ההחלטות בה אינה תלויה בשום גוף בקיבוץ. זו ועדה בעלת תקציב משלה."

ספרי על פעילות הוועדה: "הוועדה מתכנסת בערך אחת לחודש, ומטפלת במתן מענה טיפולי רגשי, במתן סיוע בתפקודים יומיומיים, כמו למשל עזרה ברכישת קלנועית, השלמת שכר, מתן עזרה פרטנית בשעות מסוימות במהלך היום. אצל כל חבר הצרכים הם מאוד פרטניים וספציפיים. כל חבר מקבל סיוע בהתאם לצרכיו, אין סיוע גורף. חשוב להדגיש כי פעילות הוועדה היא דיסקרטית לחלוטין, מפני שהנושאים הנדונים בה הם אישיים מאוד."

האם כל התקציבים לפעילות מקורם בקיבוץ? "חלק מהתקציבים מקורם בגופי המדינה, כמו ביטוח לאומי, משרד הביטחון, משרד הרווחה והמועצה. בנוסף לתקציבים אלה הקיבוץ עושה השלמות. בוועדה יושבת **אפרת צור**, שאחראית על מיצוי זכויות מהמדינה, ומספקת עזרה וייעוץ לחברים על מנת למצות את זכויותיהם מול המדינה."

מי משתייך לקבוצת בעלי הצרכים המיוחדים? "ראשית כל, כל מי שהמדינה מכירה בו כבעל צרכים מיוחדים דרך אחד מגופי המדינה המצוינים לעיל. בנוסף, ישנם מצבים בהם המדינה אינה מכירה בחבר כבעל צרכים מיוחדים, והוועדה מחליטה, משיקולים שונים שביניהם קושי בתפקוד בתוך המערכת הקיבוצית, לצרף חבר או חברה לקבוצה זו ולתת את התמיכה הראויה. מבחינת גילאים – לקבוצה זו נמצאים מילדים צעירים ועד פנסיונרים. העבודה היא גם מול המשפחות."

מה הביא אותך לתפקיד? "בהכשרתי אני מורה לחינוך גופני בחינוך המיוחד. אני עובדת בתחום כבר מעל 20 שנה, מטפלת בילדים ומשפחותיהם. במהלך שנות עבודתי עברתי הרבה מאוד השתלמויות והדרכות, וצברתי ידע רב בתחום. בחמש השנים שאני משמשת בתפקיד אני מרגישה שיש לי הרבה מה לתרום מהניסיון שצברתי."

מהי גישתך הכללית לתחום זה? "אני עובדת באהבה גדולה ומכל הלב, ומטפלת בקשיים שעולים ברצינות רבה ועם אוזן קשבת. מאוד חשוב לי שלחברים תהיה הרגשה טובה ושירגישו שייכים לקהילה. זה חשוב מאוד לצורך יצירת קשרי אמון, דבר חיוני בתפקיד זה. כתוצאה מכך אני נמצאת בקשרים קרובים עם רבים מאלה הנמנים על קבוצת בעלי הצרכים המיוחדים."

מהם ימי ושעות עבודתך? "אין לי מגבלת ימים ושעות, ואני פוגשת ועונה לטלפונים גם בערבים ובסופ"ש." **זה לא מקשה עליך?** "אני מאמינה שאם חבר ראה צורך להתקשר אלי בלילה זה מפני שבאותו רגע הוא באמת היה זקוק לקשר, ושהמענה שלי נותן לו ביטחון."

מניסיוני זה מאוד מסייע שמישהו עונה לטלפון או מגיע לביקור בית ופשוט מקשיב. לפעמים חברים מרגישים צורך גדול לשתף, לא פעם בנושאים קשים ומורכבים שדורשים ממני הרבה הכלה, ואני עושה זאת באהבה רבה. אני אוהבת את התחום ועושה כל מה שאני עושה מתוך אכפתיות רבה, שאם לא כן היה לי קשה למלא את התפקיד."

איך את מתארת את ההתייחסות של הקיבוץ לנושא הצרכים המיוחדים? "ניתן לומר כי הקיבוץ מתייחס לנושא הצרכים המיוחדים כערך עליון – לא משנה אילו שינויים מתרחשים בקיבוץ, הדאגה והטיפול בקבוצה זו נותרים בעינם. הקיבוץ מחויב לקבוצה זו בכל מצב נתון, ומנסה לתת מענה אופטימלי. יש רגישות גבוהה של המערכת לצרכים שעולים מן השטח, והרבה בעלי תפקידים משקיעים רבות כדי שחברים ירגישו טוב בקהילה. עין המפרץ מהווה קהילה נפלאה לבעלי צרכים מיוחדים."

מילה לסיום? "אני מזמינה כל חבר בקהילה שמעוניין לשוחח על הנושא, להתייעץ ולשאול – להרגיש בנוח לפנות אלי."

הפועל מטה אשר-עכו בדורעף - קצת על התקופה והקבוצה

הפועל גליל מטה אשר עכו סיימה את העונה הקודמת כאלופה למרות שהליגה לא הסתיימה במלואה עקב הקורונה ועצירת פעילות ענפי הספורט. את העונה של 2020/2021 פתחנו עם מספר פציעות אצל שחקנים, מה שגרם לנו להפסיד שני משחקים חשובים. בעקבות כך הבאנו זר חדש מקרואטיה בשם זוריק שמשתלב יפה בקבוצה. בינתיים הקבוצה עם רצף ניצחונות.

השנה מאוד מאתגרת ושונה, המשחקים מתקיימים בהיכל הספורט נעמן אך ללא קהל בשל מגבלות הקורונה. אנחנו משתדלים להעביר את רוב המשחקים בשידור פייסבוק LIVE לאוהדים, מאחר וחשוב לקבוצה ולשחקנים שהאוהדים יישארו מעודכנים תמיד וימשיכו לעודד גם מרחוק. התחלנו כעת תקופת פגרה, ממשיכים להתאמן להמשך העונה ובתקווה לימים טובים ובריאים יותר.

מאור הד,
רכז שיווק במועדון



מהספרייה – "ספר בנעלי בית" / מוכה

"ספר בנעלי בית" – זו הכותרת שנבחרה ע"י הספרניות לערב מפגש בספריה, עם ולכבוד שתי חברות, שכל אחת מהן הוציאה לאור ספר. טוב, זה לא סוד ששתי הכותבות הן אם ובתה, **בתיה ויונת רוטמן**. באווירה חמה של חנוכה התכנסנו לערב הוקרה לכבודן. (לא אנקוב במספר המשתתפים כדי שהעניין לא יגיע לאוזני שר הבריאות). הערב נפתח בהדלקת נרות חנוכה מסורתית, בנגינה ובשירי חנוכה. את הערב הנחתה **יעל בר-זיו** בהתרגשות, ברגישות ובחום. **"סיפור שלא נגמר"** הוא שם הספר שנכתב ע"י בתיה ר. מי שעדיין לא קרא – חפשו אותו. הספר מגולל את קורות חייה של בתיה, והוא מרתק ונקרא בנשימה אחת. מעבר למה שכתבה, מי שערכה את הספר, (מודפס בהמשך) המשתתפים ברכו ושבחו, מי בקריאה מהדף ומי בספונטניות, את הסיפור המיוחד של בתיה.

ד"ר יונת רוטמן כתבה את הספר **"הגרעין והקליפה"**, שמו של ריקוד שהופק ע"י להקת המחול הקיבוצית. הספר עוסק בהתפתחות המחול בתנועה הקיבוצית, בדגש על "להקת המחול הקיבוצית". בעלון 'בין הדקלים' של חג סוכות מתאריך 2.10.20 ראינו דפי את יונת, שסיפרה כיצד הגיעה לכתוב ספר זה.

בערב המיוחד הזה הייתה הרגשה של התרוממות רוח, הנאה וגאווה. תודה לספרניות וליעל על הארגון המוצלח ומחכים לעוד שכאלו!

לגבי הספר של יונת, ניתן להשיג אותו ע"י פנייה אליה בטלפון 052-3967125
(חברי עין המפרץ יקבלו הנחה בקניה זו).

דברים לכבוד ספרה של בתיה רוטמן

דברים מפיה של שרה אוסצקין-לזר, שערכה את הספר שכתבה בתיה.

בראשית ינואר השנה, ביום חורף גשום הדומה להיום, הכרתי את בתיה לראשונה. חניתי בבואי בכניסה לעין המפרץ, במקום בו נעשו עבודות תשתית, וחיכיתי שתבוא לקראתי. ראיתי מרחוק אישה צעירה רוכבת על אופניים, תלתליה מתבדרים ברוח והצעף הצבעוני שהיה כרוך על צווארה נישא באוויר והזכיר לי לשבריר שנייה את הרקדנית איזידורה דאנקן שצעפה נכרך בגלגל המכונית בה נסעה. ולא ידעתי שפגשתי רקדנית.

בוודאי לא רצתה לצאת מן הבית ושלחה את בתיה, חשבת בלבי, עד שהתקרבה ושאלה בחיוך כובש לבבות – זו את, שרה? התחבקנו לפני שדיברנו, ובבת אחת ידענו שמצאנו זו את זו.

חוות המפגשים הבאים חרוטה בי עמוק. לאט לאט נפתחה בתיה לקראתי, חפרה בזיכרונותיה והעזה לדבר על דברים שהיו שמורים בתוכה שנים ארוכות. הקלטתי הכל, גם כדי לא להוריד את עיני ממנה וגם כדי לא להפסיד אף מילה. בתום כל פגישה נתתי לה "שיעורי בית" לקראת הפעם הבאה. היו לה כבר דפים מקושקשים משיחות קודמות ועוד ניירות מסודרים בקפידה בקלסר פשוט, שלא הגיעו לכלל הבשלה.

כך התגלה בפני סיפור חיים יחיד במינו של אישה מיוחדת במינה. מדי פעם כשדיברה, חשבתי לעצמי – איך התגברה לבדה על קשיים ועל טראומות, בלי יועצים ובלי פסיכולוגים, ואין בה טיפת מרירות. בגיל שמונים היא עדיין רוקדת ויוצרת ואוהבת את החיים כמות שהם, על הדבש ועל העוקץ, על המר והמתוק והאתגרים שהם מזמנים לה.

הבטחתי שהספר ייצא לאור עד פסח, שהיה גם מועד יום הולדתה של בתיה, ולמרות שהקורונה החלה לחלחל אז לחיינו מבלי שהבנו לאן תפתח, אכן עמדנו במשימה.

הספר יצא בדמותה של בתיה – דק וגו וקל משקל, צבעוני אך צנוע, גלוי אך עצור. כשהגיע אליה הארגז כבר לא הייתי לידה, נמנעת מלצאת בתקופה הראשונה של המגיפה. אבל שמעתי

את שמחתה דרך הטלפון, את אנחת הרווחה והסיפוק שהנה הגיעה לקו הסיום של סיפורה, שכמובן לא נגמר, כשם הכותרת שבחרנו.

בדיעבד, אני מודה ואומרת כאן בקול רם בפעם הראשונה, שעברו בי מחשבות חרטה על שמייהרנו כל כך. אני חושבת שאם היינו משתהות וממשיכות את השיחות, בתיה הייתה מעזה יותר ופורשת עוד ועוד יריעות מפרשת חייה העשירים. כשקראתי את הספר שוב ושוב, הרגשתי שיש לבתיה עוד הרבה הרבה מה לומר ומה לספר. נמתין לספר הבא! סליחה שאני לא נמצאת עימכם פיזית הערב, בשל פגעי הזמן ומזג האוויר. אבל ברוחי אני פה, ושולחת את אהבתי לבתיה, למשפחתה ולדידיה.

שרה אוסצקי-לזר



מעברים גליל מערבי ומרכז צעירים מזמינים את בעלי העסקים לקורס: **עסקים פוגשים מצלמה**

פרויקט ייחודי לעסקים: הפקת סרטוני תדמית לעסקים והכשרה בתחום
הדיגיטלי

20 העסקים שייבחרו יקבלו סרטון תדמית ויוכשרו בו:
הצגה עצמית שיווקית ★ שיטות שיווק מצולמות ★ שיווק ברשתות החברתיות
הקורס ייערך בזום ומורכב מ-5 מפגשים בני 3 שעות, החל מתאריך 18.1.21.
מיועד לעסקים הפעילים מעל שנתיים ממעלה יוסף/מטה אשר.

**לכל משתתף בהכשרה
יופק סרטון תדמית
מקצועי באורך דקה!**

עלות: 650 ₪ למשתתף. הקורס יועבר
על ידי מרצים מובילים בתחומם.
לפרטים נוספים והרשמה:
גלית גרינשטיין – 052-2792180

טקס הסרת הלוח במרכז הלמידה בספרית עין המפרץ

ביום שלישי השבוע נערך טקס הסרת הלוח במרכז הלמידה בעין המפרץ, ובו נכחו תמיר שחף, מנהל הקהילה; ניצן שחף, מנהלת תפעול קהילה; מתן גפן, מנהל אגף החינוך; גלית זייד ובר הראל, אחראיות על מרכז הלמידה; ודנה שלזינגר, מנהלת משקי המפרץ. במעמד הטקס הוקראו ברכות, ותמיר הביע תקווה כי המרכז ימשיך וישמש את הקהילה נאמנה לכל אורך תקופת הקורונה.



סיפורו של מרכז לגידה/ גלית

הכל התחיל מיוזמה של אחת, שמה רות, שראתה לרחוק ועשתה תחזית, ועוד בחופש הגדול, כשכולם השתדלו רק ליהנות ולצחוק, היא כבר צפתה תקופה ארוכה של לימודים מרחוק.

ואז הגיעה תרומת מילואות, שנתנה לנו פוש לחלום בגדול ולהגדיל ציפיות. נאספו עוד כספים, גם הקהילה נרתמה, ונראה שיש על מה לבסס פה יוזמה.

הספרייה גם היא התגייסה וחלק מהמבנה שלה תרמה. כונניות הוצאו, הרצפה הוחלפה, ריהוט חדש נקנה, מחשבים הוזמנו והצבע חודש, ובכמה ימים נבנתה פה כיתה למופת, גאוות יחידה ממש!

וכמו שחזתה המורה רות, מרכז הלמידה הכרחי בתקופה הנוכחית... במהירות התמלאו הכיתות בתלמידים ובתלמידות, שהכניסו קצת אור בתקופה שכזאת.

אז לכל המעורבים רצינו לומר פה תודה – למנהלים, לספרניות, לרות וכמובן למילואות – על כך שפתחתם את לבבכם עבור ילדינו, הוכחתם בגדול את עוצמתה של קהילה, בעיקר בעיתות שכאלו.

בהערכה והוקרה,

בר וגלית,

בשם כל ילדי עין המפרץ

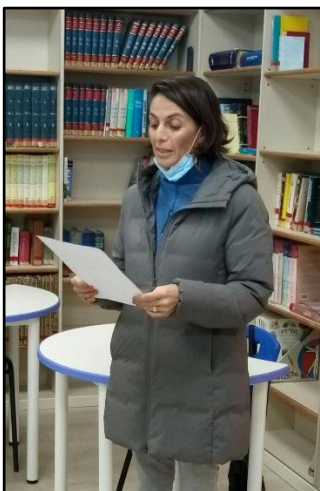


דבריה של דנה שלזינגר, מנהלת משקי המפרץ:

חברים יקרים,

האמרה: "אם אין אני לי – מי לי?" מתאימה לכם, היות וקהילת עין המפרץ יודעת לרתום ולרכז כוחות ומשאבים פנימיים לטובת היחד הקיבוצי, ועל כך תבורכו. מגפת הקורונה, והשלכותיה על חיינו במגוון תחומים, מחייבת אותנו כמעט בכל יום להמציא עצמנו מחדש ולחזור צעד-שניים לאחור, להאט קמעה ולהתכונן לפריצה בעתיד הקרוב, ומה מתאים יותר מדאגה לחינוך ילדינו והקצאת משאבים לטובת העניין. שמחנו לעזור ולסייע בפרויקט זה, ונאחל כי תשתמשו במרכז הנהדר הזה כמה שיותר, ומי ייתן והקורונה תחזור להיות בירה טובה.

עלו והצליחו,
מילואות.



הרצאות חורף בנושא סביבה

מבית איגוד ערים לאיכות הסביבה

סדרת הרצאות בזום לקהל הרחב ללא עלות, ימי רביעי 19:30-20:30

20.01.2021 – **זיהום אוויר, שינויי אקלים ומה שביניהם**, עם פרופ' דוד פסיג – עתידן

17.02.2021 – **התמודדות עם תיות הבר ביישובים**, עם יעל הרטמאיר – אקולוגית האיגוד.

ההרצאות מיועדות לקהל הרחב, נדרשת הרשמה באתר האיגוד. קישור ישלח

לנרשמים. לשאלות ניתן לפנות לעילית בלוח – ilit@ecowest.co.il

ההרשמה באתר האיגוד – www.ecowest.co.il





טיפים - איך לעבוד את החורף בטוב מאת מאיה לרמן בקר, מטפלת במרכז הרמוניה

הוא כבר כאן. האויר צונן, החימומים בפעולה והגיעה העונה להתעטף, להתכנס, לשמור על חום ולתכנן.

לפי הרפואה הסינית האדם הוא מיקרוקוסמוס, הנוהג לפי כללים של הטבע (המאקרוקוסמוס) בהם הוא חי. לכן על האדם להתאים את סדר חייו ופעילויותיו לפי העונות. אלמנט היין והיאנג בא פה לידי ביטוי. **יאנג** משמעותו חום, פעילות, גדילה ותנועה כלפי חוץ ומעלה. **יין** משמעותו קור, מנוחה, תנועה מטה ופנימה. לכן הסתיו והחורף, העונות ה'יניניות', מתאימות יותר למנוחה והתכנסות פנימה, חלימה, אגירה ותכנון. באביב ובקיץ, העונות ה'יאנגיות', אנחנו מוזמנים להיות יותר פעילים, יוזמים וממציאים, להוציא אל הפועל את התכנונים.

אז זה הזמן לשמר חום ולעזור לגוף להיות חסין. בואו נדבר על איך עושים את זה. מחלות קור כמו צינון ושפעת נתפסות בראי הרפואה הסינית כ**פטוגנים חיצוניים**. הפטוגן חודר אל הגוף מלמעלה, אזור הראש, העורף והשכמות, ואם הגוף לא יצליח להתמודד איתו, הוא יחדור פנימה לשכבות עמוקות יותר. לכן טוב להיות קשובים. כשאנחנו מתחילים להרגיש לא טוב (כאב ראש, תחושה לא טובה, תחושת קור/חום לא רגילה, עיטוש) זה עיתוי מיוחד. בדיוק אז צריך לשתות הרבה, לאכול נכון ולפנות זמן לשינה ומנוחה.

אדבר על היומיים/שלושה הראשונים לתחושת ההתקררות, אני קוראת להם **"חלון הקסם"**. בראי הרפואה הסינית זהו השלב שבו 'רוח קרה' פלשה אל השכבות החיצוניות של הגוף, וזה הזמן שבו אפשר **למנוע** את החרפת המחלה. מי שמכיר אותי יודע כמה חלון הזמן הזה יקר לליבי. זה הזמן שהכי קל להעיף מאיתנו את המחלה, אבל זה דורש הקשבה ופעולה מהירה!

אז מה לעשות?



- ✓ **לשתות תה עם תבלינים מחממים*** כמו ג'ינג'ר, קינמון ועלים נוגדי בקטריות כמו קורנית, תימין, זעתר וכד'.
- ✓ **לאכול** מאכלים קלים, לעיכול לדוגמה מרק עוף, מרק ירקות עם ג'ינג'ר, אורז, ירקות מבושלים וכד'.
- ✓ להמעיט ואפילו להימנע ממאכלים קשים לעיכול: מטוגנים, מאכלים מוקרמים, בשר, מוצרי חלב (מוסיפים לחלוח לגוף שעלול להתפתח לליחה שתשמח להיתקע בסינוסים, שיעולים ליחתיים וכד').
- ✓ **לחמם:** שני האזורים החשובים לחימום בימים של "חלון הקסם" הם העורף וכפות הרגליים. כשאזורים אלה חמים, הגוף מצליח לווסת ולשמר את החום, ולעמוד בפני הפטוגן החיצוני.
- ✓ ואם יש בנמצא, לעשות **כוסות רוח או גואשה**. אלו שיטות טיפוליות באמצעותן 'מסלקים את הרוח הקרה' על ידי פתיחת נקבוביות העור. טיפול בכוסות רוח ניתן לקבל במרכז הרמוניה.
- ✓ **תוספים:** מוצר מומלץ לכל בית – **סינרגי**: זוהי תערובת של שמנים באיכות מאד גבוהה שמתאימה לבליעה ומכילה שמנים כמו בזיליקום, אורן, אקליפטוס ועוד, שנחקרו ונמצאו כאנטימיקרוביאליים, אנטיבקטריאליים, אנטיוראליים ופותחי נשימה. את התערובת הזו אני ממליצה לרוב לשלבים ראשונים של כאבי גרון והתקררות. ניתן להשיג במרכז הרמוניה.

✓ ולסיכום, על פי הניי צ'ינג, אחד הספרים העתיקים עליהן מושתתת הרפואה הסינית העתיקה: 'הדואג לחייו נוהג על פי השינויים החלים עקב חילופי העונות, מסגל עצמו לקור ולחום, מאזן בין שימחה לכעס וחי בשלווה'. פה יש רמיזה על האחריות שלנו לדעת איך להתנהג לפי צו העונה.

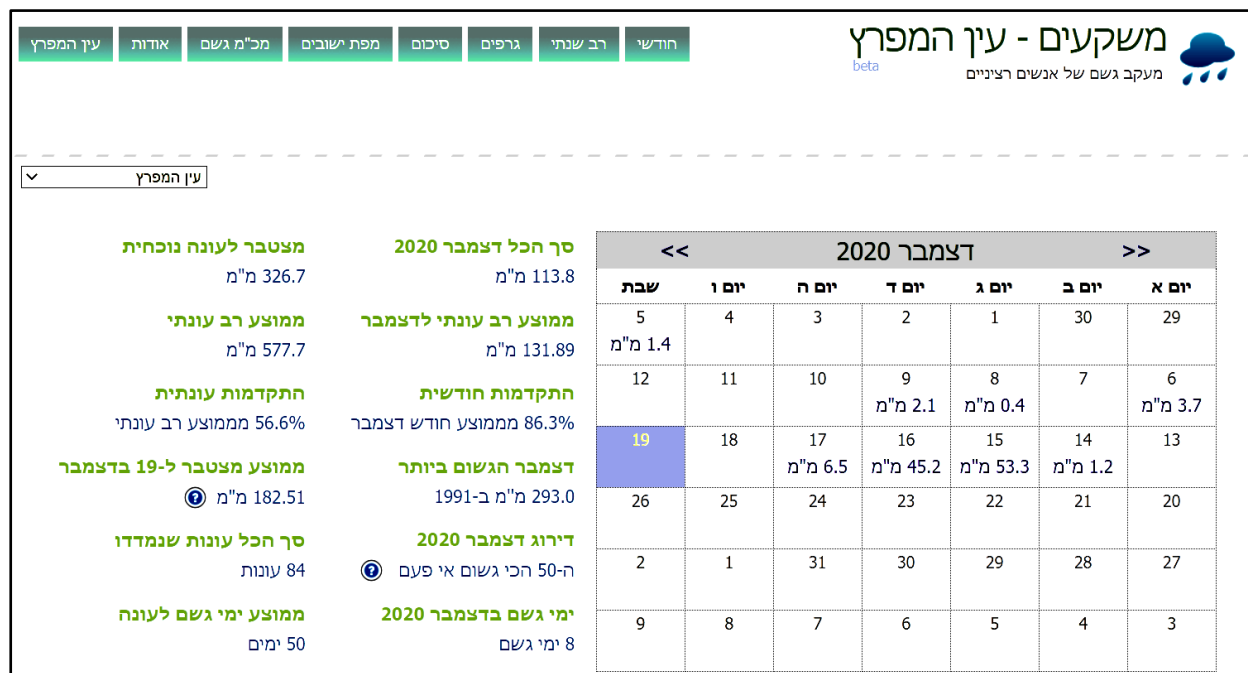
על הקשר בין קור ובעיות גניקולוגיות בכתבה הבאה.

מאיה לרמן-בקר - מטפלת ברפואה סינית במרכז הרמוניה. מתמחה בבריאות האישה, נערות ואיזון הורמונלי.

***שימו לב** - במידה וכאב הגרון מחריף, מתחיל שיעול או מופיעה ליחה, הגייג'ר והקינמון כבר לא מתאימים - לא נרצה לחמם מצב של דלקת. בשלב כזה ניעזר בצמחים רפואיים מסלקי לחות, מסלקי חיידקים ומרגיעי שיעול. מוזמנים לפנות אלי לפרטים נוספים.

רישום השמים בעין המפרץ / היורא נ.

היות והפסקתי לרשום בחדר האוכל את כמויות הגשם (אינני מגיע לשם) שאלו אותי מס' חברים איפה אשר לראות את הרישום. התשובה היא שאני רושם את המשקעים גם בלוח המודעות TV (שניתן לראותו הן בטלוויזיה והן ב EffetGo) וגם ישירות ב EffetGo.



מלבד רישום המשקעים היומי במשך החודש האחרון ניתן לראות כאן כל חודש בעבר (עד 1937), וכן נתונים נוספים: ס"ה חודשי, ס"ה השנה וממוצעים שונים. אם עוברים ללשונית "רב שנתי" מקבלים טבלה של כלל החודשים עד 1937 עם כמויות הגשם בכל חודש והדגשה של החודש הגשום ביותר. כמו-כן יש גרפים של ההתקדמות השנתית, וניתן גם לעבור לישוב אחר בארץ ולראות גם שם את כל הנתונים.



thank
you

פינת הפרהון

תודה ענקית לטלי ג'אנו וצוות ביתנו על היחס החם והאווהב לאמא בזמן שהותה אצלכם. אלה היו ימים לא פשוטים בכלל ועם כל הגבלות הקורונה בפרט, ואתם הייתם לה ולנו לאוזן קשבת ומשענת בטוחה. תודה גם **לשגית אסרף** על העזרה וההכוונה בזמן השהות בבית חולים ובביתנו ובכל הבירוקרטיה שמסביב. זכינו.

משפחת גורן

בחירות בפתח!



הגיעו חיסוני הקורונה! ביבי התחסן וקיבל בונס. מתוך דף הפייסבוק 'ממים של קיבוצניקים'.



חבר שלום / שלומית כהן-אסיף

כל אחד צריך
 שיהיה לו חבר.
 לא רבע חבר,
 לא חצי
 חבר שלם, אחד לפחות
 חבר יותר מאח, יותר מאחות.

שלח לעלון: מוכה

כל אחד צריך
 שיהיה לו חבר אחד לפחות.
 חבר יותר מאח, יותר מאחות.
 חבר כל הזמן, כל הימים.
 לא חבר לפעמים.
 חבר שמקשיב
 שיודע לריב.
 חבר בלי לשקר
 חבר שתמיד חוזר.



דפתרבות

תודה תודה תודה

תודה לצוות חנוכה על שלל אירועי החג -

ליאור רז, זיו דוד, נועה גבע, כרמל טבצ'ניק ועמר עמיר.

תודה לעמית סקאל על העיצוב של כל כרזות החג.

תודה לכל המתנדבים שבאו לעזור באירועים או עזרו מאחורי הקלעים:

לחשמלאים ולצוות הנוי, לאריה רז, אדם עומר, גיל עומר, אורלי רוזנפלד,

יניב טבצ'ניק, אבשלום רוטמן, איתמר קריגר, שובל שלף, דנה אשכנזי רוזה ומירי פוטרמן.

תודה לנוער המתנדב שלנו - לוטן רוזנפלד, בר עומר, ליאה אבוחצירה, נילי קושניר,

נעמה שחף, אליה לוי, שלו איפרגן וספיר פרקש.

תודה להורי וילדי שכבת כיתה ז' על העזרה וההפקה של סדנת הלמפיונים.

תודה לצוות המטבח ובראשם אושרית שתמיד נענים לכל גחמה.

ותודה לצוות ההגברה על המוזיקה בכל האירועים.

למועצת מטה אשר, למחלקת התרבות, ובמיוחד לכרמית פלג ואודיל פטר מהמועצה,

על תרומתן להצלחת האירועים.

