

# השבון הכפר



כתובת המערכת: hashavuabakfar@gmail.com

ועד מקומי בית יצחק - שער חפר

כתובת הוועד vaadmekomi@beit-yitzhak.org.il

יום חמישי, ה' בטבת תש"ף, 2 בינואר 2020 איליון מס' 1174

## כמות הגשם



עד היום 202 ירדו מ"מ גשם. באירוע הגשם האחרון ירדו 127 מ"מ. תודה לדורון שלהבי על הנתונים.

## מועדי איסוף הגזם הבאים: 28.1.20, 14.1.20

### איסוף גרוטאות ביתית בלבד

מחר, שישי ה- 3.1.2020, בין השעות 07:00-13:00, יתקיים פינוי גרוטאות. לצורך זה, יוקם מתחם סגור בבוקר הפינוי במגרש החנייה הקטן מצד שמאל (צפוני) לפני הבריכה. פינוי הגרוטאות למתחם ייערך בצורה מפוקחת ומדודה ע"י חברי הוועד ועובדיו. הפינוי מיועד לתושבי הכפר בלבד, לגרוטאות ביתיות בלבד. לא תותר כניסה למתחם לפסולת חקלאית, לניילונים, לפסולת בנייה, לצינורות, לאסבסט, לצמיגים ולכל פסולת שהיא לא ביתית. כמו כן לא תתאפשר פריקה של כמויות חריגות במתחם. מבקשים להימנע מהבאת גרוטאות שלא במועד ובשעות שצוינו, המקום מצולם!

ועדת חלואת הכפר

### ועדת קהילה:

ועדת קהילה מזמינה את התושבים לערב **סד יצחק** הראשון שיתקיים בתאריך ה-16.1.20, יום חמישי, בשעה 20:30 בבית התרבות. נושאי ההרצאות:

1. הפעלת הנמל החדש בחיפה על ידי חברה סינית - האם ישראל מפריטה את עצמה לדעת?
2. הגנת הצומח בישראל- למה זה מעניין אותי???
3. הפסקת קפה ועוגה.
3. גם להם מגיעים גביעים ומדליות.
4. נכתב בדם.

זמן סיום משוער: 22:15  
ההרצאות מגוונות ומתאימות לטווח גילאים רחב, ממתבגרים ועד למבוגרים. כולם מוזמנים

## ועדת חינוך - עדכונים:

### פרוייקט קירוי "גן החרובים" הושלם בהצלחה-

שמחות לבשר שגן השעשועים האהוב שודרג בצילייה רחבת ידיים. כשיגמר החורף ויחזרו הימים החמים, נהנה כולנו ממתקנים מוצלים בכל שעות היום. תודה לגילי פלדמן יפאר שסייעה רבות להרמת הפרוייקט.

### פרוייקט החסידות שמבשרות -

אם במקרה נתקלתם ברחובות הכפר בחסידה הנושאת במקורה תינוק, דעו שזה סימן כי לא מזמן "נחת" בבית זה תינוק/ת חדש/ה.

כוועדת חינוך שמנו לנו למטרה לתמוך ולעטוף משפחות צעירות בכפר. החסידות מצטרפות לפעילות "נקודת חיבוק" ו"סירי לידה" אשר מתקיימות בהצלחה רבה בקהילה שלנו. למידע נוסף על פעילויות אלו ניתן לפנות ליעלי נוי-סוכמן 050-9669650. תודה ליעל מילפלדר על שיתוף הפעולה ביצירת החסידות.



## חוגים

### **חדש - מפגשי סריגה קהילתית**

מוזמנות כל הסורגות, מנוסות ומתחילות, קרושה ושתי מסרגות, להיפגש לסריגה יחד. לשתף בידע, לתת השראה ולהכיר. המפגש ללא עלות. יתקיים בכפר. מיקום מדוייק ייקבע בהתאם למספר המשתתפות. המפגשים יתקיימו בימי ראשון, אחת לשלושה שבועות. מפגש ראשון ב 5.1.20 19:00-21:30. \*הפנייה לגברים ולנשים\* נדרש ידע בסריגה. המפגש אינו שעור. \*להרשמה – נא לשלוח הודעת וואטסאפ לטליה, 054-5379919



## **תודות למצעד הלפידים**

בשבוע שעבר חגגנו את חנוכה במצעד לפידים קצר ומואר בהובלת נוער בית יצחק. לאחר שהכנו לפידים (בטיחותיים ועמידים ברוח וגשם) וקישטנו אותם, יצאנו למצעד בליווי מורל ותופים, וחזרנו חזרה לבית העם להתכבד בסופגנייה מתוקה. המון תודה לשרון טאובר שחשבה, תכננה, הפעילה, הפיקה וניצחה על המצעד ותודה ליעל יעקובי שסייעה לה. תודה רבה לנוער בית יצחק, לאור הרכז ולשלומית פינר שמלווה את הנוער, על הסיוע בחשיבה ובתכנון, על הדרכת הילדים, ההורים והסבים, והכול עם הרבה אנרגיה ושמחה. תודה לאילנית רוחקין על הסרטון המושקע. כמו תמיד, המון תודה לעובדי הוועד שלנו - עבד ואחמד שטרחו והכינו את הלפידים, לעמית מוסקוביץ שדאג לביטחוננו, לליאת רייס שתמיד שמחה לעזור, ולמלי, שאפילו כשהיא בחופשה דואגת בשלט רחוק שהכול יעבוד כמו שצריך. וכמובן תודה לכל מי שהגיע, הכין וצעד. הייתם נפלאים!

צנייה טל, יו"ר ועדת תרבות



# שיר השבוע – הפינה של רות אורן



## הנסיכה מתחשקלה



הנסיכה מתחשקלה גרה בוילה.  
כל מה שרצתה, אבוש הביא לה:  
כלבלב מפונפון, מכונית-גג-נפתח,  
מעילים מפרוזה, נהג וטבח.

שמלות יקרות - מיטב האפנה,  
וכל יום תכשיט במתנה.  
נעלים, תיקים מעור אמתית,  
ברכה בחצר, הליקופטר פרטי.  
רק דבר אחד הוא לא הצליח,  
למרות שבקשה, למרות שהבטיח,  
ולא משנה עד כמה התאמץ,  
לקנות לה חבר אחד של אמת.

לתגובות מוזמנים ומוזמנות לכתוב למייל [ruti.oren@gmail.com](mailto:ruti.oren@gmail.com)

## פינת הילדים

### חידות:

אבא אחד הוריש לשלושת ילדיו ארבעה סוסים. הוא אמר להם שאף ילד לא יקבל יותר מהשני. איך אפשר לעשות מה שהאבא אמר? (אסור לחתוך סוס, אסור להביא סוס למישהו אחר, צריך רק שהבנים יקבלו את הסוסים)  
תשובה: אף אחד לא יקבל יותר מהשני, כלומר מהבן השני. הבן הראשון מקבל אחד, הבן השני מקבל שניים והבן השלישי מקבל אחד, כי כתוב שאף אחד לא יקבל יותר מהשני.

על עץ תפוזים נשבה רוח חזקה. היא לא השאירה תפוזים ולא העיפה תפוזים.  
כמה תפוזים היו על העץ?

תשובה: היא לא העיפה תפוזים, היא העיפה תפוז. היו 2 תפוזים על העץ, היא העיפה תפוז אחד, והשאירה תפוז אחד.

תודה רבה ללירי פרי שפתרה את החידה השבועית הקודמת. התשובה הייתה: שתומר דובר האמת.  
נשמח אם תשלחו לפינה בדיחות, חידות, או כל דבר אחר ☺

### חידה שבועית:

חידות פילים הן חידות שהתשובה שלהם מכילה את המילה פיל, המילה פיל יכולה להיות בהתחלה, באמצע או בסוף. אין לזה חוקיות.  
לדוגמא: ארץ של פילים – פיליפינים

לפתור:

פיל במצלמה-

פיל שהוא פרצוף מהצד-

פיל שהוא תבלין-



ביילי ברנסיין

טלפון לשליחה: 052-9012025



## נוער בית יצחק

חנוכה מאחורינו ואיתו גם הפסטיק ותהלוכת הלפידים. שכבה ז' היא הזוכה הגדולה בתחרות הפסטיק - ברכות לזוכים!!!. באשר לתהלוכת הלפידים, היה מחמם לב לצפות בילדים הקטנים והוריהם טורחים על הכנת הלפידים ומסתובבים בגאון, כאשר התוף התנועתי הגדול מכתוב את הקצב. מקווים שבשנה הבאה מזג האוויר יאפשר לנו גם את הדלקת כתובת האש עליה טרחו הנערים. פגעי מזג האוויר לא פסחו גם על המפעלים הגדולים ולצערנו גרמו לביטולם של טיול חנוכה וטיול דרום, כאשר במקום טיול דרום יצאו החניכים והחניכות בשישי הקרוב לטיול בן יום במרכז קנדה.

בשעה טובה ובניצוחה המדהים של דפנה פרנק הושלמה מלאכת שיפוץ הסניף כמעט לחלוטין. ברצוננו להודות לעושים במלאכה:

\*לרונית גואל\* על תרומתה הגדולה לפרויקט בפיקוח, ליווי ומעורבות בכל פרט בהמון אהבה, אכפתיות ומקצועיות. לחברי ועדת נוער: \*ליעד ידן וארנון דים\* שהיו בצוות השיפוץ, טיפלו באישורים, דחפו וסייעו בכל שנדרש. \*איתי עמיר ומור גניש\* שסייעו לצוות השיפוץ בתחומים מקצועיים. לחברינו מבית יצחק: \*איל שגב ואורי שני\* מטורקזו \*אבי ילוז\* מ"לוז דיזיין" בקניון אם הדרך על תרומת ריהוט באהבה ונדיבות. \*יובל גואל ובן אלוש\* שנסעו ועזרו להביא את הריהוט, \*איתי אורן\* יו"ר ועדת נוער שדחף עזר ונתן רוח גבית להצלחת הפרויקט. \*עבד ואחמד\* שסייעו בהעברת הציוד, \*למלי\* שכהרגלה סייעה ונעתרה לכל בקשה. ואחרונה חביבה, למי שהובילה ודחפה את הפרויקט במסירות, מקצועיות ונחישות \*דפנה פרנק\* שנרתמה כל כולה, חלמה והגשימה!

רצ"ב תאריכים רלוונטיים לחודשים הקרובים:

3/1 - טיול ז', ח' מועצה יומי לפארק קנדה

18-17/1 - השתלמות אמצע - שכבה בוגרת

21/1 - צעדת תנועות הנוער

8-7/2 - טיול סניפי

2/4-31/3 - טיול פסח

4-3/4 - אופציה ב' לטיול פסח

23-22/5 - טיולי שכבות ח', ט', י'

20-19/6 - אירוח שכבה בוגרת

9/7-30/6 - קורס מד"צים

17-16/7 - אירוח בין יישובי שכבה צעירה

2/8-31/7 - מחנה שכב"ג

6/8-3/8 - מחנה שכבה צעירה.

אפשרות דחית המחנה עד 10/8!! מומלץ לתכנן חופשות משפחתיות לאחר מועד זה.

14-13/8 - כיף צוות

אני זמין לשאלות בטלפון ובהודעות, זמין גם לפגישות. (אם לא עונה, השאירו הודעת וואטסאפ ואחזור אליכם כשאתפנה). רצ"ב שעות מענה טלפוני.

ימי א' 15:30 – 19:00

ימי ב' 20:00 – 22:00

ימי ג' כל היום (למעט בשעות הפעילות של הסניף) ועד 22:00

ימי ד' 09:00 – 17:00

ימי ה' 15:00 – 17:00

כמובן שבמקרים דחופים, השאירו הודעה ואחזור בהקדם האפשרי.

אור רוחקין נחום 0506482548



## מועדון בוקר בצוותא



**יום שני 6.1 בשעה 9:00 ניפגש בבית התרבות בשער חפר**

9:45-9:00 תנועה בהנאה.

10:15-9:45 בוקר של בריאות, ארוחת בוקר בצוותא.

10:15 סיפורה של אורנה גורן, אתנוגרפית, ארכיאולוגית, אשר חייתה עם משפחתה 5 שנים בקרב הבדואים בסנטה קטרינה והקימה מוזיאונים לתרבות הבדואים.

13.1 מעגל סיפורי חיים

שימו לב לשינויים בתכנית

**\*\*\*המפגשים מסתיימים בשעה 12:00\*\*\***

**מחכים לכם בשמחה.**

## מועדון 60 ונהנים

המפגשים מתקיימים בימי שלישי במועדון פייס.

התכנסות על כוס קפה וכיבוד קל. ההרצאות מתחילות בשעה 17:15 בדיוק!

7.1 הרצאתה של תושבת הכפר, פרופ' גילה שילה, יו"ר האגודה הישראלית לבלשנות שימושית, מרצה בכירה בחוג ללשון העברית. נושא ההרצאה: הלשון בתקשורת - מוות וחיים ביד הלשון. מקרה בוחן- נתניהו מול מוזס.

14.1 הרצאתו של דרסה זאודה, איש חינוך בלתי פורמאלי. מרצה לנוער, הורים ואנשי חינוך. הנושא: "אני שווה המעשים שלי". מציג הרצאה מרתקת ובה הסיפור האישי- סיפור העלייה מאתיופיה, מודל חיקוי- מטרות- טיפים.

המעוניינים בהסעה למועדון "60 ונהנים" ביום שלישי אחה"צ, מתבקשים להירשם במשרד הוועד.

**כל תושבי בית יצחק קהילה ההרצאה מצניין אותם מוזמנים בשמחה.**

## סיפורי ותיקים

### מתוך מעגל סיפור שמתרחש אחת לחודש במועדון בוקר בצוותא

#### סיפורה של ציפי שנבל:

נולדתי בעין ורד, הילדה הראשונה מילדי ההרחבה של היישוב הוותיק, שקלט עולים חדשים שבאו מ"שם".

אני בת להורים ניצולי שואה, שעלו ארצה מצי'כיה עם שתי בנות. אמי התחתנה לאחר מלחמת העולם השנייה, ובחודש השביעי להריונה בעלה נפטר. היא נסעה לשבת שבעה אצל גיסה, ולאחר חודש, כשביקשה לחזור לעיר שלה, הזמינו את העגלון שייקח אותה. זה היה אבא שלי. באמצע הדרך תקפו את אמי צירי לידה, והעגלון - איש רחום וחנון - אמר שהם יעצרו בביתו והוא יקרא לשכנתו המיילדת, שתקבע אם היא יכולה להמשיך בדרכה. המיילדת אמרה שלא רק שהיא כבר באמצע תהליך הלידה ולא תוכל להמשיך בנסיעה - היא גם תצטרך להישאר בביתו עד שהתינוקות הפגית תגדל קצת. אבא שלי היה זה שקלט לידיו את התינוקות, וכשראה האיש שאיבד את כל משפחתו בשואה את העיניים הכחולות שהביט בו, אמר לאמי: "אם את רוצה את יכולה ללכת, אבל התינוקות נשארת איתי". אמא שלי נשארה, הם נישאו וכעבור 11 חודשים נולדה עוד פגית, אחותי.

בשנת 1949 עלו הוריי לארץ והגיעו למחנה עולים בפרדסיה. אבי שאל איפה תל אביב, כי ידע ששם עובדים קבלני בניין, בני עירו. למחרת נסע לעיר ואמר לאמי, שאם לא יחזור - סימן שמצא עבודה. בתל אביב מצא אבי את אנשי העיירה שלו, התחיל לעבוד בבניין וחזר למשפחתו רק בסופי השבוע. אמי, שהייתה טיפוס עירוני, לא אהבה את החיים במחנה עולים עם שתי ילדות קטנות, באוהל, רחוק מחדר האוכל. הוריי ביקשו שישמרו להם את האוהל ועברו לגור לתקופת ניסיון במושב צפריה. הם גרו שם תקופה קצרה מאוד, עד שהתברר להם שעומד להיבנות במקום מושב דתי. אבא שלי אמר שהוא סיים את יחסיו עם ריבונו של עולם. הם חזרו למחנה העולים, ואבי המשיך לעבוד בתל אביב. כשחבר סיפר לו על מושב עין ורד שקולט עולים חדשים, החליט לעבור לשם.

אמי נבהלה מהמושב שכוח האל. הוריי גרו בצריף פח, וכיוון שהייתי הבת הראשונה בהרחבה - אבי היה גאה בצברית שלו - הם קיבלו את הבית הראשון שהיה מוכן. גרנו ברחוב הראשי, רחוב הראשונים, עם הוותיקים. לי כילדה זה היה מאוד לא טוב. לכל חבריי היו סבא וסבתא, ולי לא היו. קינאתי בילדים. נורא רציתי סבא וסבתא. הייתי הילדה של כל עין ורד. ידעתי את ימי הביקור של הסבתות בכל משפחה וביום הזה התייצבתי שם. אימצתי את סבתא בלה של שכני איציק. היא הבינה את המצוקה שלי בענייני סבתות. באחד מביקוריה הביאה שתי חבילות של סוכריות דבש - אחת לי ואחת לנכד שלה. שאלתי אותה: "סבתא בלה, נכון שאת גם סבתא שלי?" היא ענתה: "אני סבתא של כל הילדים". הבנתי מתשובתה שהיא סבתא שלי, רצתי הביתה ואמרתי לאבי: "אבא, יש לי סבתא! סבתא בלה היא גם סבתא שלי". פניו החווירו. אבי הושיב אותי על ברכיו וסיפר לי לראשונה - ואני ילדה בת 5 - שלי לעולם לא יהיו סבא וסבתא, כי הם נהרגו במלחמה גדולה, וסבתא בלה אמנם אוהבת אותי, אבל היא לא סבתא שלי. פרצתי בבכי ואבי הרגיש בכה איתי. הרגשתי מרומה. כבר הייתה לי סבתא ביד ולקחו לי אותה. שנים רבות אחר כך, עמדתי בהבטחתי לאבי ונסענו איתו "הביתה", לעיר שבה נולד. אבי התעקש שנבקר בבית הקברות ושם הוביל אותנו עד שנעצר ליד מצבה שעליה היה כתוב: "סבתא בלה שלנו". זו הייתה סבתא שלו. שאלתי אותו: "אבא, איך לא סיפרת לנו?" הוא אמר: "מה יכולתי להגיד לך, שאני לא יכול לשמוע את צירוף המילים 'סבתא בלה'?" מול הקבר הוא סיפר על ניצחונו: הוא בנה משפחה שילדיה ונכדיה שירתו בצבא.

תקופת ילדותי הייתה תקופה קשה בארץ, ימי הצנע, אבל לנו היה הכל בבית, גם תפוח עץ שעלה הון עתק. הוריי היו מוכנים לחסוך בכל דבר, רק לא באוכל. אבא שלי אמר: "היינו רעבים מספיק, פה אוכל לא יחסר". מהצד שני של המשוואה עמדה ההנחה שילד טוב זה ילד שאוכל הכל, ואני הייתי ילדה טובה, אכלתי הכל ונראיתי כמו סופגנייה. היום הילדים שלי צוחקים למראה המזווה העמוס שלי, אבל זה כאין וכאפס לעומת המזווה של הוריי. גדוד חיילים היה יכול ליהנות ממנו במשך שבוע וגם יותר. באחד הימים מישהו סיפר לי שאבא שלי מאוד התאכזב כשאני נולדתי, בת שלישית, ולא רצה לקחת אותי הביתה מבית היולדות. אני, שהייתי "ילדה של אבא", מאוד כעסתי כשמעתי את זה ושאלתי את אבי אם הסיפור נכון. אבי הכחיש בתוקף ואמר: "כל אב רוצה משני המינים. גם אני רציתי בן, אבל שמחתי בדך". שאלתי אותו למה הוא כל כך רצה בן, ואבי אמר שהוא רוצה שיהיה מי שיגיד עליו קדיש. הוא התגלגל מצחוק כשאמרתי לו שאני אגיד עליו קדיש, אבל עמדתי בהבטחתי. כשאבי נפטר, קיבלתי

אישור מהרבנות הראשית בתל אביב לומר קדיש על אבי, בתנאי שגבר יגיד ואני אמלמל אחריו. ביקשתי מגיסי שיאמר רק את המשפט הראשון ואני אמשך. הבטחתי לאבא שלי ורציתי לקיים. הייתי ילדה מאוד שובבה. אמא שלי תמיד אמרה שהיא לא דואגת לי, כי אם היא לא רואה אותי, היא שומעת אותי. אהבתי מאוד לעזור לאבא שלי בעבודה החקלאית. השקיתי את העצים בפרדס, דיללתי שתילים של עגבניות. אהבתי להיות בחוץ, בטבע. בית של שורדי שואה הוא בית מאוד עצוב ונטול שמחה. כשאחותי הגדולה התחתנה, לא מצאו את אבי. שלחו אותי לחפש אותו ומצאתי אותו עומד בחוץ, מעשן ובוכה. שאלתי אותו למה הוא בוכה. אבי ענה: "כי אמא שלי לא לידי היום". הבית שלנו התחיל להיות שמח רק כשנולדו הנכדים. בתיכון הכרתי את יגאל שנבל מבית יצחק והתחתנו יום למחרת שחרורו מהצבא. אני חיה בכפר כמעט יובל שנים. כל חיי עבדתי עם ילדים, בגנים ובבית הספר, ומאוד אהבתי את העבודה. ליגאל ולי יש ארבעה ילדים: דור כסמל לדור חדש, הדר של תפארת, חן של יופי וזהר של אור. ואנחנו אומרים: דור שכולו מלא בהדר, חן וזהר.

### סיפורה של אירית שמידוב:

ההורים שלי עלו לארץ מגרמניה לאחר השואה. אמא שלי הגיעה לחיפה ב-1939 ולאחרי שנה הגיעה לבית יצחק. הוריה ואחותה נספו בשואה. אבא שלי הגיע מהעיר יואכמיסטל, כשם משפחתו, לאחר שהיה קודם במחנה באנגליה. אני לא יודעת כמעט דבר על המשפחות שלהם. ביום השואה, כשביקשתי מאמי שתספר על משפחתה, היא התחילה לבכות. מי הילדה שרוצה לראות את אמה בוכה? הפסקתי לשאול. תחילה גרו הוריי אצל משפחת רוזנהיימר ואחר כך עברו לבית שלהם, שאנחנו גרים בו היום. הם טיפחו משק - פרות, תרנגולות, ירקות - וגידלו שתי בנות: נעמי (אשכנזי) ואני. התחנכתי בכפר, וכשרציתי להמשיך עם חברותיי לרופין, הוריי התעקשו שצריך ללמוד מקצוע, אז למדתי בבית ספר מקצועי בנתניה. בגיל 16 הכרתי את ישי שמידוב, שהיה בחברה של אחותי. התחלנו לצאת כשהייתי בת 17, וחצי שנה אחר כך הוא הציע לי נישואים. ישי כבר היה משוחרר מהצבא ואני הייתי ילדה מאוהבת, אבל ההורים שלי התנגדו ואמרו: "לא בא בחשבון, קודם הולכים לצבא". שירתי בחיל האוויר, כאחראית משמרת ב"בור" בתל אביב. כשרצו להעביר אותי לבסיס חדש במצפה רמון, שתנאי השירות בו היו שבועיים בבסיס וחמישה ימים בבית, היה תורו של ישי להגיד: "לא בא בחשבון. או אני או הצבא". התחתנו ב"אולמי נתניה" ואחר כך התקיימה קבלת פנים בבית העם. גברת בניזגר הכינה רשימת מתנות שבתוכה היו, לדוגמה, פותחן בקבוקים ופמוט. בגיל 21 כבר הייתי אמא. לישי ולי יש שלושה ילדים. במשך 37 שנה עבדתי באגודה בבית יצחק.

כתבה: *ענת / נא*

יום רביעי 22.01.20 בשעה 12:00, תיאטרון "גשר", תל אביב-יפו

### **"במנהרה"**

"בחיים לימדו אותנו להאמין שיש אור בקצה המנהרה. אבל במנהרה הזאת, אם יש אור בקצה – דרוך תינשק".  
"סאטירה מבריקה מדויקת ויצירתית", קונצרט של בימוי ומשחק".  
מחזה מאת רועי חן, על פי תסריט מאת דניס טנוביץ'. בימוי: עירד רובינשטיין.  
משך ההצגה: כשעתיים. מחיר למשתתף: 140 ₪, כולל הסעות (איסוף מהיישובים) וכרטיס כניסה.  
פרטים נוספים והרשמה במשרד הוועד בתשלום בלבד.  
מדיניות ביטול: 7 ימים ממועד ההצגה – 50% חיוב. 3 ימים ממועד ההצגה – חיוב מלא.

## מרכז קשר והכוון מזמין אתכם לסדנת "בריאות בגמלאות"

הסדנה תתקיים בימי ראשון החל מ 5.1.20, בשעה 09:00-10:30, במרכז הקהילתי האזורי - כיתת מתמידים (ליד רופין), 15 מפגשים בעלות 250 ₪ לכל הסדנה.  
המרצה: יאיר קרני תזונאי, ספורטאי ומאמן לאורח חיים בריא  
מרכז קשר והכוון כאן בשבילכם, להרשמה: 09-8981589, [neomin@hefer.org.il](mailto:neomin@hefer.org.il)  
אין להשאיר הודעות במענה הקולי.

---

## מרכז קשר והכוון/ אפ 60+ בשיתוף עם אונ' חיפה, החוג ללימודי גרונטולוגיה, מציגים: סדרת הרצאות מחקריות, בואו להיות מעודכנים במחקרים החדשים..

הסדרה כוללת 6 הרצאות על מחקרים המתבצעים כיום.

המפגש הראשון, שרון מור דוקטורנטית בחוג לגרונטולוגיה, באוניברסיטת חיפה

### לא טוב היות האדם לבדו?

המושג "סולנות" מייצג את החלק החיובי בבחירה "להיות עם עצמי" ומשלב אפשרויות לעיסוק משמעותי בזמן הנבחר. סולנות היא הזמן בו אדם בוחר להיות עם עצמו, להיות בפעילות משמעותית וליהנות מכך.

פעמים רבות אנו נוטים לחשוב שלהיות עם עצמך זהה ל"להיות לבד", אך אין זה בהכרח כך. סולנות ידועה יותר בגילאים הצעירים ופחות בגיל הזקנה. האם לגיטימי להיות בסולנות בגיל הזקנה? מה המשמעות של להיות סולני?

במפגש נעמוד על ההבדלים בין סולנות לבדידות, על יתרונות הסולנות, כיצד היא משתנה במהלך החיים, ותיערך סקירה על המחקרים בנושא כיום.

יהיה מקום לשיח על חווית הסולנות ושאלות.

מוזמנים בשמחה הכניסה חינם, אך מותנית בהרשמה מראש

ההרצאה הראשונה בסדרה תתקיים בקיבוץ מעברות ב9.1.20, בשעה 20:00 במועדון לחבר להרשמה: 09-8981589, [neomin@hefer.org.il](mailto:neomin@hefer.org.il) בבקשה לא להשאיר הודעה במענה הקולי

---

## תרבות מרכז קהילתי

יום חמישי 23.1.20, בבית העם בהדר עם בשעה 20:30

### אפרת טק - "אנא אנא"

"האמא שאת רוצה להיות, לא נעלמה לשום מקום. אם את מרגישה לפעמים שעבר עוד יום שבו תכננת לנהוג אחרת, לא לצעוק, להישאר סבלנית, תכננת לא להעניש או לאיים, לא להתעצבן, אבל שוב איבדת שליטה, שוב את הולכת לישון מתוסכלת, שוב את מוצפת רגשות אשמה, ושוב עבר עוד יום שבו את מרגישה שהתרחקת מלהיות האמא שאת רוצה להיות, ההרצאה הזו היא בדיוק בשבילך.

מחיר כרטיס במכירה מוקדמת: 40 ₪, ביום ההרצאה: 50 ₪

הרשמה באתר המועצה: [www.hefer.org.il](http://www.hefer.org.il)



## מכתבים למערכת

### אנמארו עוזבת?

לאחרונה נודע לי כי בכוונת הנהלת מסעדת אנמארו לעזוב את שטח המושב שלנו ולהעתיקה למקומם אחר.

להבנתי – המהלך נובע מקרע עם הנהלת האגודה בעניין תשלומי השכירות. אני מבין את רצון הנהלת האגודה להשיא את הרווחים עבור חברי האגודה אולם לעיתים יש להסתכל על התמונה הסתכלות רחבה יותר ולבחון אספקטים נוספים.

אני זוכר את תחילת דרכה של המסעדה – היינו עוברים ליד המסעדה בהליכות שעשינו במושב וראינו איך במשך חמש שנים "הרגו זבובים במסעדה". יום אחד העסק פרץ והפך למסעדה מפוארת ומצליחה. רובינו נהנים מהימצאות המסעדה בשטח המושב.

אפשר לפעמים לפרגן למשהו שמצליח.

בשבוע הבא צפויה להתקיים אספה כללית של חברי האגודה.

פניתי אל הנהלת האגודה ובקשתי כי נושא זה יעלה להכרעת חברי האגודה.

אני קורא לחברי האגודה שבינינו להתייצב לאספה הכללית ולהשתתף בהצבעה זאת – כל אחד ע"פ תחושתו.

נתראה באספה,

1819 קאז



## תודות

חברי מועדון "בוקר בצוותא" רוצים להודות מאוד **לצנת בן זאב** על תיעוד סיפורי הוותיקים במסגרת מעגל סיפור המתקיים פעם בחודש במועדון.



תודה גדולה **לצידי וולטר** שבימים של סער וגשם ובשעות לא מקובלות, לא היסס והגיע וחילץ אותי ואת רכבי התקוע. ראוי לציין שלמרות הפצרותיי החוזרות, גידי סרב בתוקף לקבל תשלום כלשהו. תודה רבה !!!

יואב חיי



## תודה ענקית

**לצידי טיכמן** על ההרצאה המדהימה, המחכימה והמושקעת שהעביר לנו בבית העם. תודה גם **לאאלון ארינברג** שניגן לנו את מיטב שירי האור וליווה אותנו בצלילים בהדלקת נר שמיני ואחרון של חנוכה. תודה גדולה גם לכל אלו שטרחו וארגנו את הערב ועליהם המנצחת הגדולה **ליפק זל**, גם **אירט מ"יקב אלכסנדר"** על תרומתו.

היה מרתק, יפה ומחכים. תודה לכל אלו שהשתתפו ובאו

הפנ 9'0



ברכות

ברכות לאיא שלף (אוסקוביץ) על הישגיה באליפות ישראל בשחייה, מדליית כסף ב 100 מ' חתירה, ומדליית ארד ב 50 פרפר, וכמובן להורים היקרים, אלופי ההסעות, איה ודן!



הודעות

”הצגת תוכנית תב”ע לתושבי בית יצחק”

בתאריך ה 21.01.2020 בשעה 20:00 תתקיים הצגת תוכנית התב”ע ע”י אדריכל התוכנית אסף קשטן בבית העם, הציבור מוזמן להגיע.

פינת המודעה הקטנה

נופר מילפלדר 052-8769858	בשל מעבר לרכב משפחתי גדול, למכירה רכב מסוג יונדאי אקסנט 2010. רכב שמור במצב מעולה. ללא תאונות, טופל רק במוסך מורשה, צמיגים ומצבר חדשים. טסט עד סוף אוקטובר 2020.
--------------------------	--