



כ"ה בשבט תרצ"ט

אנית המעפילים הראשונה פרצה את המצור הימי של
הבריטים והגיעה לחופי הארץ.

נאום תשובה לרב-חובלים איטלקי
אחר ליל הורדה

ענבים על ראשינו. הרוח איתן.
המלאכה נעשתה, חי שמים!
ברים כוס, קפיטן, של ברכה, קפיטן.
עוד בשוב בפגש על המים.

אלמונית, קפיטן, היא הדרך הזאת,
ובלוידיים אינה מפרסמת.
אך אם אין היא כיום רשומה במפות,
בהיסטוריה אולי היא ברשמת.

על הצי הלזה, האפור, הקטן,
יספר עוד בשיר ורומנים.
יתכן כי בר, קפיטן, קפיטן,
יקבאו עוד הרבה קפיטנים...

בתן אלתרמן

בשבת שרות

עפרה סיבה - שדה בקר
אביבה אפשטיין שדה בקר
בעה אבידור בית-שאן
יהודה עדר בית שאן
אילנה כהן בית שאן
שלומית רוטרמן אלומות
אסתר חצור דרופית
רחל ריינס גרופית

אחרי הכנות וסדורים לא מעטים ערכנו השבוע קבלת שבת כדת וכדין. הבלגן לא היה גדול, במיוחד בהתחשב בכך שזו הופעת בכורה ללא חזרות. שמענו תגובות שונות, כאלה מפי חברים שהטקס הקצר והישיבה המתוכננת בצותא השרו עליהם אורית שבת חגיגית, ואחרים - שחשים אותה הרגשה בליל שבת רגיל, כפי שהיה נהוג בעבר. בכל אופן, בראה שהתגובות החיוביות מכריעות.

ועדת הקליטה מארגנת למועמדים ולאורחים עובדים - לזמן-ארוך שיחות על ענייני דיומא. יוזמה נאה, המיועדת לקרב את אלה שמקורב באו לחיי היום-יום שלנו ולשתפם ב"מה שהולך" בארץ.

פיל השתתף בקורס עזרה-ראשונה לנהגי משאיות. כידוע יצאא חוק שתוקפו מ-1 באפריל (לא, זאת אינה בדוטה!) שכל נהגי המשאיות בארץ יעברו קורס כזה.

חברים שבקרו באזור מחנה הנח"ל מספרים לנו שהתחוללו שם פלאות והשטח נראה בקי, מסודר ומטופח כאשר לא היה מעולם. שלש פעמים הידד ל"חברה". כמעט היינו אומרים: מי יתן והיה כזאת בכל רחבי כפר הנשיא...

חברה אחת יש בינינו, מפורסמת מאד. כל מי שקורא את עתון "לאשה" ראה את תמונתה מתבוססת מעל דפיו. הכוונה, כמובן, למיכל, אשר זכתה להתראיין ולהצטלם במסגרת כתבה על הקרוס בו השתתפה. ומה הוא קרוס זה ואיך בילתה בו - תוכלו לקרוא ישר מפיה באחד מדפי העלון. כרגע חזרה מיכל לחדר החולים והריהי מטפלת בשתי הדודות, גב' גורטון וגב' לברט.

דוד ארנברג ודוד ריפקינד התגייסו השבוע, בשעה טובה, גיל לויין ויורם בן-חיים הם היחידים מבני כדת עשור שבמצאים כרגע במשק. מעבין לסקור את "הפזורה" של כדת עשור:

בצבא

אהוד אלמן	דני סמברג
רינה בן-צבי	אילן המאירי
נורית גולן	טרי ויטהם
איתן במלי	דוד ארנברג
	דוד ריפקינד

מזל טוב לגדי לסיימו קורס קצינים.

שולי דיבון - לומדת תפירה בבתניה דבורה מעין - חוזרת בקרוב מחו"ל

צילה אבידור הסכימה להמשיך בצבא מספר חודשים.

הערב תתקיים פגישה וקבלת פנים לשבת ההכשרה.

שמענו שברני דייזיס עמס על גבו ריכוז הפרדס. בהצלחה, חבר!

קראנו בעתון שהנרי שפרונג, חבר כפר הנשיא, היה מן המבצחים באליפות החמישית לשחמט, של ההתישבות העובדת ליחידים. איננו מבינים הרבה במשחק אצילי זה, אולם כתוב שהוא צבר $5\frac{1}{2}$ נקודות בתחרות דרגה א' וזה בהחלט נשמע כאוי לציון.

דרמה-זוטא התחוללה לפני שבוע בבית משפחת אפשטיין, בשעה 4 לפנות בקר. ובכן, הטו אזן: בשעה זו, כשאפילו לאויבך איבך מאחל יציאה ממטה חמה בשמעל דפיקות ומהלומות עזות על דלת הבית. שוש וגרשי התחלחו ולפי עדות שוש-ממש רעדו מפחד. מי זה יכול להיות? ממש זמן מתאים לרוח רפאים! המהלומות לא חדלו ובתלוה אליהם קול נשימה כבדה - מבהיל עוד יותר! גרשי אזר עוז ובקול מרטט הצליח לשאול: מי זה? אך לא באה תשובה. גרשי כמעט שפתח את הדלת אבל שוש לפתה אותו: מה שבטוח בטוח, אנחנו בפנים ו"זה" בחוץ! ופתאום באה הישועה. מן החדר השבי בקע קול דקיק, קולו של בת החש לעזרת הוריו: "זה פלוטו, רק צריך להגיד לו: "גו אום". תאמינו או לא, אלה היו מילות קסם. המבקר הלילי הלך ל"אום" שלו ומשפחת אפשטיין חזרה למיטתה.

פי"ח

מקרה ונדליזם בתגלה במשק. ונדליזם - פרושו הרס לשם
הרס. מחסן התחפוזות לפורים, מה שקרוי אצלנו "זיג-בוקס",
אשר נבנה ובאסף בעמל במלים של חברות חרוצות (בעצם גם
חברים) בהרס במח-יה אחת. החברות אשר נגשו למחסן להכינו
לקראת פורים, מצאו הכל הפוך, מקולקל, זרוק ובחלקו מושחת.
אין יודע מי ועל מה. האם בא הדבר רק למלא ולספק את יצר
ההרסנות של מי שהוא, או מי שהם? קל לקלקל אך קשה וממושכת
הבניה.

אין ברצוננו להפוך את העלון לבמה להטפת מוסר. בעצם אנו
משוכנעים שמלבד אותו יחיד או יחידים אשר עשו זאת (לשם מה?)
כולנו באותה דעה. בכל אופן, אם רוצים אנו בחג פורים לפי
מיטב המסורת שלנו, עלינו לשקם את ההרס. כל הרוצים לעזור
יבואו ל"זיג-בוקס", בשבת זו ב-10 בבקר.

ימי נשואין

20/2 - קרול ופול בילגורי

הבלתי-מוגדר

ריבה: ילד - בא הבה!
אלון (2 $\frac{1}{2}$): אני לא "ילד".
ריבה: אז מה אתה? ילדה?
אלון: אני לא ילדה - אני בן-בן!

ימי הולדת

20/2 - אריאלה לוי
21/2 - מיכאל מבדזיגורסקי
23/2 - רוני ויטהם
- עמליה גרשמן
- דניה ומרגלית כהן
- עדנה קלמן
24/2 - פול ביגלורי
- יונה רייבט
- יריב פרימוסט
25/2 - ארבה במינרב
- יוספה שורצמן
27/2 - הדסה בן-נתן
- אריאל גלזר

3
בפלה בחלקי הזכות הגדולה לקחת את ילדי הגן לחרמון, לשלג!
ההתרגשות הכללית עברה את כל הגבולות ועומס הבגדים את כל השיאים:
טייטס, גרבים, סודרים ואפודות, כפפות וכובעים - תלבושת ססגונית, ונוסף
לכל זה שקיות נילון בתוך המגפים (אל תשאלו אם זה שמר על רגלים יבשות -
אני בעצמי הוצאתי ל-3 ילדים את השלג מתוך הגרבים!)
חצי שעה לפני בואם של שני האוטובוסים למשק, כבר עמד הקהל העצום על יד
הרחבה, מצויד בשקים פלסטיים גדולים, להחלקה על השלג. המטפלות סוחבות
סנדביצים, סוכריות, בננות, תחתונים, גרבים וכו' וכו' - לכל מקרה שלא
יבוא.

ובכן... נוסעים!

עוברים את ראש פינה ומה שיותר חשוב: עוברים את האוטובוס של הכיתות.
אנחנו ראשונים!! דרך מחביים, גדות, גשר בנות-יעקב ("תראו, היינו כאן
ביום הילד!"), ולרמת הגולן.

אני עוברים אוטובוס שחונה בצד והמטיילים שבו משקיפים בנוף.

"זה היואב?"

(אני): "???"

"זה, אלה שם, זה היואב?"

(אני): "???" - או, האויב?? לא, לא, לא - הם שלנו!"

אני עולים הלאה. כמה בתים הרוסים.

"זה בקרא בית המכס, היה של הסורים".

"מה, להם היה בית כבסת?"

עוברים שטחים רחבים מכוסים בכלביות אדומות. בחדר.

"יש כאן בטח 100 כלביות. אולי אפילו 200!" מכריז אחד ידען.

לבינתיים מתנהל ויכוח ער על הערפל. אמרו לנו, בתחילת הטיול, שאם יש

ערפל כבד, לא יתנו לנו לעלות.

"אבל אם השמש עולה, לא יהיה!"

"לא נכון, השמש באה משם, והחרמון הוא שמה, בצד שני".

והתמזל לנו המזל - ערפל אמנם היה, אבל לא כבד מדי. הגענו

למחסום לאחר מג דל שמש. החיילים התקשרו באלחוט עם מפקדם, האם לתת לנו
לעבור או לא.

"מה יש פה, תנו להם לעבור מהר!" באה התשובה המידית (פיחותקה!)

ההתרגשות גברה. הצוף נעשה לבן יותר ויותר, פה ושם עוד צודקפו

הסלעים החומים, אך לאט לאט גם הם נעלמו.

הגענו!!

איזה יופי!

אני רצה למקום ששם הילדים הראשונים כבר מתחלקים. מה זאת אומרת

רצה! אחרי 2 צעדים אני כבר שוקעת עד לברך ומרימה את הרגל עוד 2-3

צעדים - ושוב שוקעת. לעזעזאל הילדים ואלה רצים כמו אילות ואני עם כל

משקלי, שוקעת כל חצי דקה! לפחות גם יתר המטפלות בלחמות כמוני! חצי בחמה!

אני מחליטה שלזחול על ארבע, יותר מועיל.

ומה יש לספר על הביילוי שם למעלה? הילדים בהנו הנאה מלאה, האפים

והלחיים נראו עוד יותר אדומים כשברקע השלג הלבן.

אבל כל דבר טוב בא לקיצו. אף אישית, לא כל כך הצטערתי. אחרי שהעליתי

עשרות ילדים למעלה, למען יוכלו להחליק שוב למטה, אחרי שחפשתי "נילונים"

שאבדו ומצאתי כפפות שלא היו להן בעלים - ואחרי שבכל צעד שקעתי יותר

ויותר - לגמרי לא הצטערתי שקראו לנו החילים לבוא ולשתות תה. כן, כיבוד

אותנו במשקה חם מתוך טרמוס ולא רק זה: כל ילד (והיו לפחות 100 ילדי

כפר הנשיא!) קבל שקית עם סנדוויץ, פרוט מיובשים (לכבוד ט"ו בשבט)

ודברים טובים. איזו הכנסת אורחים!! כאילו אין לחיילים מה לעשות בחרמון,

אלא להכין כיבוד לילדי כפר הנשיא!

יש המשך...

4
וכשרק עלינו על האוטובוס, שואל אותי אחד מהילדים החמודים האלה:
"אז מתי נוסעים לשלג?"

נ.ב.,

לאחר הטיול שלחנו לחיילים ציורים ומכתבים, מעשי ידי הילדים.
והנה שנים מהמכתבים, כלשונם:

שלום לחיילים,

תודה רבה היה טוב. היתגלשנו אל השלג ונהננו מאד. אני אֹהבת
את השלג. תודה רבה לשקיות והתה החם. אני מקבה שה לו יהיה לחם קר
בחרמון. בסאבו באוטובוס וקמה ילדים הקאו. תודה רבה לחיילים.

שלום חילים,

אולי בעוד שנה בבו לחרמון. רתם היא היתה חולה והיא לא יכלה
לנסוע אתנו רובית היא נישקעה בשלג ולמכי יש היום יום הולדת,
והוא בן שבע. אני ואילת ואמוס אנחנו הקאבו באוטובוס זה היה מאד
מאד טוב בשלג ואני מקבה שלא היה לחם קר בשלג ושנחנו היתגלשנו.
תודה רבה מה סקיות והתה החם ואכר כך באוטובוס היה לבו גם שם היה
שבביצים אנחנו היתגלשנו בספיד כל כך מהר.

יעל ב'

תחרות שחמט

ביום ו' האחרון התקיימה
תחרות שחמט מסקרבת. 11 ילדים
(מכיתות ירדן וחרמון) וביניהם
גם בת אחת התחרו עט האלוף המקומי.
חברנו הנרי שפרובג לא רק
שביצח אותנו באופן סימולטני, הוא
גם הספיק ללמד מספר פרקים
מאלפים בתורת השחמט.

שעור בחשבון או שעור באנגלית?

אדם: מי יודע באיזה מספר קשור
ט"ו בשבט?
אורלי: במספר שנים...

טיול בחרמון

ילדי הגנים ותלמידים מבית
הספר המקומי נהנו בט"ו שבט
מחוויה נדירה. הם טיילו באתר
החרמון כאורחי המח"ט וחיילי
החטיבה. אפילו הצעירים שבחבורה
התרשמו מן השיפור הרב שחל באתר
מאז ביקורנו הקודם. כולם נהנו
מן הבילוי המרענן בשלג הלבן -
כחול, גם מן הצוף המרהיב ומהכנסת
האורחים המחממת והמזינה של חיילי
החטיבה.

הפעם לא כבשנו את פסגת
החרמון ואולם שיא מסוג אחר
השיגו שנים מבין ילדי הגנים,
ברדתם מן האוטובוס הם בקשו
לדעת: "איפה האסקימוסים, האיגלוס
והקבגרו?" -- עוד חזון למועד!

בעית הקשישים, הטיפול בהם ובעיותיהם, מתן תעסוקה מתאימה ושלובת בצורה נאותה בחיי היום-יום של הקהילה - כל זה הפך למדע שרבים הם החוקרים בו ומטפלים בו. מדע זה נקרא גרונטולוגיה. הבעיה התעוררה בעצם במשקטם הותקיים, אשר דור המיסדים בהם הגיע לגיל גבוה ויצר בעיות משלו.

מתי מזדקן האדם? קשה בעצם, להשיב על שאלה זו. מתי יחדל האיש לעבוד? מוטב ועדיף שיעבוד וימשיך להיות פעיל ככל יכולתו, לטובתו הוא. עם התבגר האיש מתעוררות בעיות שלא ידען בצעירותו. כאן רב חלקה של המטפלת, בין הגילים 45-55 יש להתחיל לתאוג לשפור תנאי העבודה של החבר-חברה למען יוכלו להמשיך לעבוד באותו ענף ע"י מתן תנאים נאותים. יש, במקרים אחרים, להביא בחשבון החלפת מקום עבודה, ואז צריך לדאוג מבעוד מועד ללמד מקצוע מתאים, כי אפשר בהחלט ללמוד בגיל 45-50 אך קשה הרבה יותר לצאת החוצה, להתחיל במשהו חדש בגיל 60.

הקורס אשר בו השתתפתי בסב על שני עיניים עיקריים: הטיפול בחבר הקשיש ובעיותיו וטיפול בחולים כרוניים. קורס זה הוא הראשון מסוגו. והשתתפו בו 13 חברות ממשקים שונים. חלקו הראשון עתקיים במרכז לשיקום "בית לוינשטיין". במקום זה במצאים נכח מלחמה, נכח תאונות דרכים וחולים במחלות כרוניות. המגמה היא להביאם למצב שיהיו עצמאים, בלתי תלויים (במידת האפשר) באחרים בחיי היום-יום שלהם.

כדאי היה להזמין בהגים לבקר במקום זה. אילו ראו את הנכים שהם תוצאות תאונות דרכים - חזקה עליהם שהיו מקפידים יותר להזהר בנהיגתם. רבים גם החולים אשר במצאים שם, לא בגלל פציעתם בשדה הקרב. ביניהם לא מעטים ששכבו חדשים על חדשים ללא הכרה. וגם אלה שמבריאים, נשארים עם מום: שיתוק חלקי, אלמות, חורים בזכרון וכדו'. הפיזיותרפיסטים עובדים עמם קשה מאד. ראינו מקרים שעבדו עם חולים כאלה כשהחולה ללא הכרה. קושרים אותו למתקן מתאים ומכוונים אותו למצב עמידה, ומפעילים את גופו ושריריו כשהחולה אינו חש ואינו מרגיש.

עבדנו עוד עם האחיות ויש לציין כי מסרו לידינו אחריות רבה. למדנו רבות בצד המעשי: לטפל במשותקים, לרחוץ אותם וגם להרים. התקשרנו לחולים וחלק מאתנו היה הולך לבקר אותם גם שלא בשעות העבודה.

אחר הצהריים היו לנו שעות לימוד תיאורטי. קבלנו הרצאות רבות ומגוונות, מפיהם של בעלי מקצוע, על כל הכרוך בבעיות הנ"ל.

חלקו השני של הקורס במשך שלשה שבועות והתקיים במלב"ן בבתניה. כאן נמצאים זקנים וזקנות עד גיל מופלג. אנשים בני 100 שנות חיים אינם יוצאי דופן ביניהם. הדגש מושם על פעילות רבה ככל האפשר. המטפלות דואגות ומארגנות להם תעסוקה כגון: תפירה, אריגה, סריגה; יש מקהלה, ספריה; אפילו גלריה לדברי פיסול ובה עובד איש אחד. בקיצור - הם ממשיכים את חייהם כרגיל. ישנם ביניהם זקנים עצמאיים לגמרי, שהלכו ובאו כרצונם אך מובן שלא מעטים גם אלה מהסוג השני, אלה שנס ליחס והם חסרי שליטה לחלוטין.

התנאים די קשים: ארבעה בחדר, ובמקרה של זוגות בשוואים - זוג אחד בחדר, כמובן. יש גם חדרי חולים ובהם העבודה קשה מאד. חלק מן השוכנים בהם מרטיבים ומלכלכים ללא שליטה עצמית על גופם ויש לבקות ולשטוף אתם מדי פעם.

בקרבנו במספר משקים ומטרתנו היתה לראות איך מטפלים הם בקשישים. בקיבוץ יגור, לדוגמא, עזר המשק לחברים לפתח תחביביהם לעיסוק מלא. לממן מפעלים קטנים. חבר אחד מיצר אהילים ומשווק אותם בהצלחה לא מבוטלת. חבר אחר, נכה המוגבל בתנועה, מחלק מצרכים לחברים. נראה שהוא אוהב מגע עם הציבור ובעיסוק זה מצא לו סיפוק. יש גם מפעל קטן לקרמיקה המעסיק קשישים.

יש המשך...

בגבעת ברבר בקרברו במפעל "בן-גלי", בו מיצרים מחצלות, מחיצות ותמונות עשויות רקע קלוע. גם במפעל מטר מועסקים חברים קשישים שסודרו להם תנאים מתאימים.

היינו גם בבתי אבות פרטיים בירושלים. במוסדות אלה התנאים טובים אך התשלום גבוה למדי.

את עשרת הימים האחרונים בילינו בשמיעת הרצאות ע"י רופאים, פסיכולוגים וסוציולוגים.

המשתתפות בקורס זה היו בגילים שנעו מ-40 ל-60 שנה. למרות גילן הגבוה, יחסית, של אחדות מאתנו לא במנעו מלשתף עצמן בעבודה הקשה ככל האחרות ועשו זאת ברצון. בשונו למשקיהן תעבורה בחדרי החולים או בטיפול אישי בחדרי החברים עצמם. מעניין לציין כי כולן עברו שלבי התפתחות דומים: החל מטיפול בתינוקות, דרך טיפול בילדים קטנים ובהדרגה לטיפול בחולים. ז"א שלמעשה כיוון אותם הרצון לתת ולעזור לאחרים.

אינני יודעת אם אוכל לישם בעבודתי את כל אשר למדתי. אצלנו, ברוך השם, החברים בריאים ומי יתן וישארו כך זמן רב. בכל אופן – טוב לצאת, ללמוד, להרחיב אופקים ולרכוש ידיעות בשטח הקרוב ללבי ובשעת הצורך אקוה לעזור ככל האפשר ולפעול לפי מיטב ידיעתי.

ברצוני לציין עוד נקודה נוספת: יציאה זו מן המשק, פגישה עם חברות ממשקים אחרים וחיים אתן בכפיפה אחת במשך תקופה ארוכה יחסית הביאו לי תועלת וטיפול גם מצד אחד, שאינו קשור כלל לעבודה. בשיחות שהיו לי עמן מצאתי כי מכל הבחינות אין כפר הנשיא צריך להתביש – בהשוואה למשקים אחרים. האוכל, התקציבים; צדק סוציאלי, שיוויון, מצב חברתי, יחס החברה לפרט והפרט לחברה; יש לשוחח עם חברי משקים אחרים כדי להעריך עד כמה בעצם טוב ונעים אצלנו. אני חוזרת הביתה בהרגשה טובה והנני ממליצה לכל אחד על תרופה כזאת.

נרשם מפי מיכל

למקבלי הבראה ודיאטה

לאחר ישיבה משותפת של ועדת הבריאות, הלן, משה בן-חיים והאחיות החלט לשנות את צורת חלוקת הבראה והדיאטה לחברים.

א. כל חבר המקבל דיאטה או הבראה מקבל זאת בהתאם לצורך, כפי שנקבע במרפאה. מן המרפאה יודיעו על כך גם למטבח. באותה מידה, גם הפסקת הבראה או הדיאטה תובא קודם כל לידיעת החבר ואחר למטבח.

ב. החברים המקבלי הבראה מתבקשים להיכנס למרפאה כדי לברר את מצבם כיום.

ג. סוג התוספת שהחבר מקבל יקבע במרפאה, בידיעת החבר. רשימה מעודכנת של החברים המקבלי ושל סוגי התוספות תימסר לאקונומיה לעיתים מזומנות. במידה וייקבע שהתוספת לא תהיה בשר, אלא מצרכים אחרים, הם יימסרו לחבר ישר מן האקונומיה אחת לשבוע.

כפי שצויין לעיל, מתבקשים כל החברים המקבלי הבראה או דיאטה להיכנס למרפאה, מיום ב' בבקר.

המרפאה