



בחיים הכל עובר

מילים: יהודה אופן לחן: אריס סאן



בחיים הכל עובר
השנים חולפות מהר

גיליון מס' 2498 ג' בשבט תשע"ח * 19 בינואר 2018
כפר הנשיא * עלון פנימי

עורכת: שושנה שרקי sachlav@kfar-hanassi.org.il

משולחן מנהל הקהילה

תושבי כפר הנשיא שלום רב

בימים אלה הושלם תהליך, שהחל לפני כשלוש שנים, להעברת חלק מסמכויות הניהול מהנהלת הקיבוץ אל הוועד המקומי. המהלך הזה מחזק את השותפות בנטל האחריות לתחומים רבים בחיי כפר הנשיא, ומכניס תחת קורת גג אחת: חברים, תושבים, תושבי ההרחבה, וכל מי שכפר הנשיא הוא ביתו וכתובתו.

זהו מועד מתאים לסיום כהונתי כמנהל הקהילה של הקיבוץ. אני מסיים את תפקידי בחודש הקרוב, וכמובן שאסייע בחפיפה עם מי שיחליף אותי, לכשייבחר.

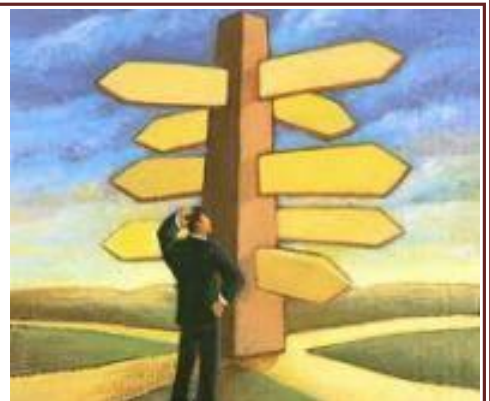
בזמן הקרוב אכתוב מכתב מפורט לסיכום התקופה של שלוש וחצי השנים, בהן כיהנתי בתפקיד. תקופה מאתגרת ורבת סיפוק מהעשייה, וכבר עתה אני רוצה להודות להרבה אנשים נפלאים, שסייעו לי ופעלו יחד לטובת כפר הנשיא.

החל מיום חמישי 18/1/18 ועד סוף ינואר אני בחופשה. במקרים דחופים ניתן לפנות לאלי.

בברכה, יוחאי וולפין

מנהל הקהילה

**ליוחאי עם סיום תפקידך
מאחלים לך באהבה
דרך צליחה עם בחירות נכונות.
כל בית בפר הנשיא**





פצימות ב"לב הקיבוץ" / רחלי ומעין

אחד הדברים היותר חשובים לנו בלב הקיבוץ הוא שבערבים תתרחש פעילות רבה ומגוונת במועדון. שהמועדון יתעורר לחיים, לא רק כאשר מתקיימת בו ארוחת ערב אלא גם בערבים אחרים. שיתרחשו בו אירועים תרבותיים וחברתיים. הרצאות וסדנאות. חוגי שח-מט וערבי הרקדה.

בשבוע הבא אנחנו מתכוונים לפתוח חגיגת את ערבי המועדון באירוע חגיגי: **ביום שלישי 23.1 בשעה 20:00 במועדון "ערב נוסטלגיה" על קפה ועוגה טובה, ותוך כדי נצפה בסרטים ישנים מכפר הנשיא של פעם. הזדמנות טובה לבוא לשוחח עם חברים, לשנות קפה ולאכול עוגה, ולהזיל דמעה על הימים שהיו ולא ישובו עוד. כל הציבור מוזמן!**

חשוב לנו מאוד שהערבים האלה שיתקיימו במועדון ימלאו את רצונות כל החברים הנמצאים בקהילה הרחבה של כפר הנשיא ומעוניינים בערבים כאלו. לכן אנחנו מזמינות אתכם לבוא אלינו, עם בקשות וצרכים וגם רעיונות לפעילויות, שאתם עצמכם אולי מתכוונים לארגן. אל תתביישו, ממש כל מה שעולה על דעתכם וניראה לכם בר ביצוע, אנחנו הכתובת הנכונה לדברים האלה.

יש לנו כבר מספר רעיונות כמו חוגי שחמט, ריקודי עם, הרצאות בנושאים שונים, ערב נשים וערב גברים ועוד...

מאוד נשמח שיצטרפו אלינו אנשים שיהיו מוכנים להשתלב בעשייה הזאת ולהשתתף בארגון הפעילויות למען החברה במועדון. כל מי שמעוניין/ת לתמוך בכל צורה שהיא בערבים כאלה מוזמן/ת לבוא ולדבר איתי.

פינה חדשה

אנחנו מכריזות בזה על פינה חדשה שעומדת להיפתח בלב הקיבוץ. תרועת

חצוצרות בבקשה! אנחנו עומדות לפתוח **פינת לגו**.

קניתי 20 ק"ג של לגו ביד שנייה בשבדיה.

ולאט לאט הלגו מגיע משבדיה ללב הקיבוץ.

לדעתי הפינה צריכה להיות פתוחה לפעילות חופשית.



אבל כדי להרים את הרמה ולאפשר גם למידה תוך כדי בניה, אשמח אם יש ביניכם כאלה שיודעים להפעיל פינת לגו ומעוניינים להפעיל את הפינה פעם בשבוע, או לפי יכולתו/ה, שייצור איתי קשר וביחד נבנה פינת לגו תוססת ומאתגרת.

בנוסף לכך אני רוצה לפנות אליכם, אם יש ביניכם אנשים שיש להם לגו שכבר איננו בשימושך נשמח לקבל כל תרומה לפינת הלגו בלב הקיבוץ, ותודה מראש.

- דבר מאוד מרגש קורה! השיפוץ של האקונומיה החל, ועוד מעט יהיה שם חדר כושר מתוקתק. כל המקררים פורקו ופתאום מגלים עד כמה האקונומיה בעצם גדולה. ובאמת הולך להיות שם חדר כושר נהדר. עלה בדעתי שבכל בית עומד כמו כן לתליית בגדים ולייבוש כביסה איזה מתקן כושר ביתי. אם המכשיר מיותר וסתם תופס מקום ואתם מעוניינים להוציא אותו מהבית, חדר הכושר ישמח לקבל אותו. אנחנו מבטיחות שיהיה בו שימוש רב. המכשיר בטוח ישמח, שחוזרים לענות אותו כמו בימים הטובים. (קצת התערבתי פה בשטח של ועדת ספורט אבל העיקר שהכוונה הייתה טובה).

בשבוע הבא נפתח:

- ארוחת ערב ביום שני. ערב נוסטלגיה במועדון ביום שלישי. ארוחת ערב ביום חמישי. הודעות מפורטות יותר יבואו ב'מקומי'.
- בזמן ארוחות הערב הטעימות שלנו אנחנו מוכרים גם את שמן הזית המשובח של כפר הנשיא. אפשר לקנות בבקבוק או במיכל. ואפשר גם לפנק מישהו במתנה של בקבוק שמן זית טרי ובריא.
- מועדון השייק הירוק נפתח כרגיל בכל בוקר ועדיין יש מקום לכל מי שמעוניין להצטרף.
- בכל יום רביעי בשעה 9:00 "התעמלות בוקר עם נעה" כל מי שנמצא/ת בבית בשעה הזאת ורוצה להצטרף מוזמן/ת בחום.
- ובכלל בכל בוקר לב הקיבוץ פתוח לכוס קפה ועוגה ולחברה טובה. בואו.
-

שלום ולהתראות מעין ורחלי



12.01.2018

מר גרועקי היקר, שלום.

אוטוטו, כמעט (בלי צחוק) והסכמתי אתך אלא ש :

א. שיוך הדירות והיום הקובע: 27.09.2002, היו אקורד הסיום של ה'שיויון הקיבוצי'. קאט.

האחריות הכוללת, המשותפת הצטמצמה מאוד.
מכאן ואילך אין שאיפה כזאת, אין חתירה לזה, וגם אין יומרה שכזאת.
אין. כך החלטנו. אין. לא עוד.
מכאן ואילך כל אחד מתקיים מעבודתו / הכנסתו וחי את חייו ע"פ הבנתו
(או ליתר דיוק – של אשתו) ויכולתו.

ב. ואם כבר אנו עוסקים בעניין: הקיבוץ הישן וחבריו – אתה ואני בתוכם –
אחראים על היווצרותו של 'החוב האקטוארי' – החוב של הקיבוץ הישן
לחבריו.

בתוקף היותנו אחראים להיווצרותו אנו אחראים גם לפירעונו.
חבר קיבוץ בן 40 – 50 (לא בעצמאות כלכלית) שהיה בן 25 – 35 ביום
הקובע (ואין רבים כאלה) אינו נושא באחריות הזאת, בעיני.
אנחנו לעומת זאת – כן.

חבר כזה גם לא יזדקק לפנסיה קיבוצית: נותרו לו די שנים להקים לעצמו
פנסיה, וכעת הוא גם נושא בעול הפרנסה וכו' לבדו, בלי הקיבוץ.
כללי המשחק לא השתנו הם התהפכו: עולם חדש.

ג. כמאמר מאיר שלו : "ועוד הערה":

בהנחה שאינך מתכוון שמשפחות הפנסיונרים ישתתפו במגבית / מלווה,
שכן אזי מה הועלנו, והם (אנחנו) הרוב המוחלט בכפר הנשיא
בב"ח, ואריכות ימים טובים

גדי עמית

אלי שלום,

בשבוע שעבר, קיבלתי תשובה על פנייתי **לרשם האגודות** בנושא הפנסיה בכפר הנשיא, הן לגבי הכוונות העתידיות והן לגבי הצמדת הפנסיה כמוגדר בתקנות האגודה השיתופית (ערבות הדדית בקיבוץ המתחדש), תשס"ו – 2005.

במכתב המופנה אלי (מצורף), למרות שבטעות כתבו אריה ולא אורי, כתוב בצורה שאיננה משתמעת לשתי פנים שעד לקבלת החלטה אחרת על ידי הרשם, על הקיבוץ לשלם לחבריו הפנסיונרים לא פחות מפנסיית המינימום הקבועה בתקנות הקיבוץ.

בנוסף, אני גם מכותב למכתב של הרשם אל **ועד ההנהלה** של כפר הנשיא (לא מצורף) האומר בסעיף 3: **"לאור האמור, ומאחר וטרם התקבלה ונבחנה הבקשה (בקשת הקיבוץ להוריד 1,000 ₪ מהפנסיונרים), מעתה ועד לקבלת החלטה אחרת על ידי הרשם, על הקיבוץ לשלם לחבריו הפנסיונרים לא פחות מפנסיית המינימום הקבועה בתקנות האגודה השיתופית".**

דברי הרשם לא עולים בקנה אחד עם הדברים שנאמרו לחברים בהזדמנויות שונות. לאור מה שכתוב, שאלתי הראשונה האם בכלל יצא אישור של הרשם, לאפשר לקיבוץ לא לשלם לפנסיונרים את ההפרש של גמלת הפנסיה, בין השנים 2016 ל- 2017 ומה עומד לקרות ב- 2018? אם כן התקבל אישור, מן הראוי להציגו בפני הפנסיונרים, לפני שמכניס הקיבוץ את ידו לכיס החבר ולוקח כספים. במידה ולא קיים אישור מהרשם, אני מצפה שהכסף יוחזר. רטרואקטיבית מתחילת 2017. שאלתי השנייה, אם במשרדי הרשם לא נראתה פנייה של כפר הנשיא להוריד 1,000 ₪ מידי חודש מהפנסיונרים, מדוע מספרים לנו דברים אחרים?

אורי שובל

העתק: דברי הכפר



משרד הכלכלה והתעשייה
האגף לאיגוד שיתופי



כ"ב טבת תשע"ח

09 ינואר 2018

מספר פנייה: 710/10761/17

לכבוד,

מר אריה שובל

קיבוץ כפר הנשיא

באמצעות דוא"ל: u.shuval45@gmail.com

א.נ.,

הנדון: פנסייה לחברי הקיבוץ

סימוכין: מכתבך מיום 24/09/17

1. ביום 19/11/17, התקבלה במשרדנו תגובת האגודה לטענות שהעלית מכתבך שבסימוכין.

• מצ"ב העתק התגובה.

2. מבדיקה שנעשתה במשרדנו עולה כי טרם התקבלה במשרדנו בקשת האגודה להורדת סכום הגמלה הפנסיונית המשולמת לחברים (להלן – "הבקשה"), אך ידוע לנו כי יש בכוונת הקיבוץ להגיש את הבקשה בימים הקרובים.

3. לאור האמור, ומאחר וטרם נבחנה הבקשה על ידי רשם האגודות, מעתה ועד לקבלת החלטה אחרת על ידי הרשם, על הקיבוץ לשלם לחבריו הפנסיונרים, לא פחות מפנסיית המינימום הקבועה בתקנות האגודות השיתופיות (ערבות הדדית בקיבוץ מתחדש), תשס"ו-2005.

הנחייה לעניין זה, תועבר לקיבוץ בנפרד.

4. הנימוקים שהעלית במכתבך אשר בגינם הנך מבקש שלא להיענות לבקשה, ייבחנו לכשתתקבל הבקשה וטרם קבלת החלטה.

בכבוד רב,

טל מור
מרכזת פיקוח

העתק: עו"ד מירון הכהן, רשם האגודות השיתופיות

עו"ד אלה אלון, סגנית רשם האגודות השיתופיות

עו"ד אהוד אמיתי, מחלקה משפטית, אגף לאיגוד שיתופי

רו"ח מרים יאשובייב, מחלקה חשבונאית, אגף לאיגוד שיתופי

מר זרח יהב, מנהל תחום (פיקוח ובקרה כלכלית) ועוזר רשם האגודות השיתופיות

ועד הנהלה, elib@kh-accounts.org.il

משולחנו של מנהל המשק

לאורי ולכל חברי הקיבוץ שלום רב!

אנו ממתינים לפגישה אצל הרשם לאחר שדו"ח האבחון על מצב הקיבוץ נמצא בידו.

הודעתי לטל מור, נציגת הרשם, שאיננו משלמים את מלוא פנסיות הרשם החל מ-17/01/01.

דו"ח האבחון מאשש את מה שאנו יודעים: איננו מסוגלים לעמוד גם בתשלום

שאנו משלמים היום ללא גיוס מקורות נוספים.

בכוונתנו להציג לרשם את נושא המשכנתא ההפוכה כאמצעי להשלמת הכנסה.

זכרו: גורלנו בידנו, לא הרשם ואף לא אחר ידפיס עבורנו כסף או ימציא מקורות שאינם קיימים.

בברכה

אלי בן עמי

מנהל משק





הפינה הקריאה

מיכל יודאיקין נטורופתית

אגסים שיעול ומה שביניהם

אז חזרנו לשיגרה יצאנו לעבודה אבל השיעול... שיעול טורדני ולא מרפה, שיעול שללא תשומת לב יכול ללוות אותנו חודשים ולפעמים עם טיפול לא מתאים להפוך לכרוני. אז קודם כל חשוב מאוד להבין דבר עקרוני וחשוב מאוד-לא השיעול הוא הבעיה, אלא הסיבה שבגללה משתעלים. השיעול בא להגן עלינו ולסלק פתוגנים שמתיישבים על מערכת הנשימה ולכן המלחמה בשיעול עצמו, ע"י תרופות למינהם תגרור לבעיות אחרות.

אז מה ניתן לעשות ?

ראשית לשים לב מה מכניסים לגוף-מה כדאי לאמץ בזמן התקררות ושיעול כדאי מאוד לוותר על אוכל שיוצר ליחה – חלב ומוצרי חלב, בננה, תפוזים, בוטנים ובמבה, סוכרים לבנים, מוצרים תעשייתיים שמכילים חומרים משמרים.

ולאכול אוכל שסופח ליחה – אגסים וגריסים. מיץ אגסים משמש כבר מאות שנים למלחמה בשיעול ולהפחתת ליחה, והוא טוב גם למקרים של צרידות. מומלץ לצרוך מיץ אגסים טרי שסחטתם במכונת מיצים בבית, או פשוט בבלנדר עם קצת מים. מיץ האגסים שעל המדף מאבד את נוגדי החמצון שבו, שפועלים נגד הליחה והשיעול.

לאגס תכונות מקררות שממריצות את הריאות, כך שהאזור נשמר לח ונקי מחיידקים. ולכן, בנוסף להיותו עשיר בוויטמינים וחומרים מזינים כגון ויטמין A, ויטמין C, חומצה פולית, סיבים תזונתיים ופיטוכימיקלים (תרכובות שנמצאות במזונות מן הצומח ועשויות להגן מפני מחלות), יש לו תכונות ריפוי רבות ובהן גם לשיעול והצטננות. האגס עובד כמעין סוכן אנטי-דלקתי במערכת הנשימה - הוא מזון מקרר ולכן הוא מוסיף לחות לריאות ומונע חיידקים.

נמצא כי גם קליפת האגס מכילה חומרים מזינים רבים כגון נוגדי חמצון, סיבים תזונתיים ותרכובות אנטי דלקתיות, לפעמים אף יותר מהאגס עצמו. על כן רצוי לאכול או לבשל את האגס על קליפתו.

אז איך מומלץ לצרוך את האגס כתרופה נגד שיעול?
האמהות והסבתות ממליצות לקחת 2-3 אגסים עדיף אורגני כי משתמשים גם בקליפה, לחצותם ולהוציא מהם את הליבה עם הגרעינים (אפשר גם להשאיר ליבה), להרתיח מים בסיר שיכסו את האגסים (כ-3 ס"מ) ולשים אותם עם החלק הפנימי כלפי מעלה. להביא לרתיחה ולאחר מכן להנמיך את האש ולתת לאגסים להתאדות במשך חצי שעה או עד לריכוך. ניתן להוסיף גם קינמון ג'ינג'ר ודבש. לצנן ולשתות את המיץ שנוצר או לטחון את הכל. לשתות במהלך כל היום לפחות במשך יומיים שלושה.

מי אגסים מתאים לכולם הוא טעים וזמין ופשוט להכנה. מתאים במיוחד לילדים ואפילו לתינוקות מגיל חצי שנה.

רק בריאות מיכל יודאיקין נטורופתית.



אנו מחדשים מסורת של יצחק עדר, שפירסם בעבר ב"דברי" אירועים שקרו בכפרנו הקטן בחודש השוטף, לאורך ההיסטוריה. הטור החודשי נקרא:

הי צינבני הדרך

והפעם – מה קרה בחודש ינואר.

- 1947 – באסיפה הראשונה בכפר בלום מחליטים: הגרעין (הבונים) סגור לקליטה נוספת. (ומיד המשיכו לקלוט...)
- 1951 – מצילים שתילי אקליפטוס, שנשתלו לאורך הדרך משדה התעופה למנסורה, ושותלים אותם בצידי תעלת הניקוז, המעבירה את המים מהמקלחת הציבורית לעמק טובא.
- 1957 – שיכלולים בענפי המשק: "מעלית לדגים" מופעלת בבריכות.
- 1961 – חלוקת המזון לעופות בלול נעשית ע"י "ג'רפה".
- 1964 – החלפת שטחים ב"חלסה", באדמות של אגם החולה המיובש.
- 1971 – בספריית החברים הגענו למלאי של 10,000 ספרים.
- 1975 – האסיפה הכללית מחליטה ש"אין התניית דת" בעת דיון לקבלת חברים חדשים לחברות בקיבוץ.
- 1981 – חברים מכפר הנשיא משתתפים ב"מירוץ התבור".
- 1986 – מסיבת הפתעה לישראל אבידור, בהשתתפות רעיית נשיא צרפת, גב' דניאל מיטראן.
- 1990 – סגירת השלוחה של "הבונים" בצח"ר, לקראת מכירתה.
- 1996 – סגירת חנות ה"ווילאג' – בגדי אופנה".
- 2000 – ביטול תורנות "מסירת שבת".
- 2001 – הגדלת עשר דירות ע"י המשק.
- הפרדה בין "המגזר העיסקי" ל"מגזר הקהילתי" בהנהלת החשבונות.
- החלפת מערכת האיוורור וההזנה בשני לולים.
- 2002 – האמבולנס שלנו נילקח מהקיבוץ, בהנחיית מ.ד.א.

מעתה עלינו להזעיק אמבולנס בעת הצורך מחצור.

2003 – צמחי מרפא הגליל - מכירת החברה לחברת "גליל ארומה" והפסקת

פעולתה, פרט ל"אנליט" שממשיכה לפעול כענף עצמאי. כל המבנים

האחרים חוזרים לרשות המשק.

2004 - אריזות "אנליט": המפעל עובר לשליטה מלאה של הבעלים, גיל בן

יוסף; ממשיך לפעול כ"ענף חוץ" והמתקנים מושכרים לו.

2005 - תחנת ממסר למכשירי טלפון אלחוטיים של חברת "סלקום" על האסם.

האסיפה הכללית מאשרת בקלפי את חוברת העקרונות ל"שיוך דירות",

ללא הנספחים.

2007 – סגירת חדר האוכל והמטבח, עקב ירידת מספר הסועדים.

2008 - כביש המערכת: הכללת השכונה החדשה ליד תל רומאן (דרך סלולה).

גמר מחיקת החוב לבנקים, עם העברת התמורה ממניות "תנובה".

2010 - יצחק עדר, מייסד הארכיון, נפטר. הלוויה התקיימה ב-18.1.2010,

ביום גשום וסוער.

החברים העובדים התבשרו על הפעלת שעון נוכחות העבודה.

2011 – ועדת ביקורת: פגישה ראשונה של הציבור עם מבקר הפנים עו"ד עזרא

מזרחי.

2012 – חברה ראשונה מקבלת תואר אקדמאי של פרופסור: אילנה פרנק.

2013 - גמלאונים: ביוזמת המועצה האזורית ואגף חב"ר, החלה סדרת מפגשים

של "גמלאים צעירים" בני 60-80, לגיבוש זהות, שאיפות וצרכים.

עקירת 70 דונם בפרדס, הכנה לנטיעת 100 דונם אבוקדו.

שיקום משק הילדים והחזרתו לחיים, ביוזמת מיקי קורן וקבוצת ילדים.

אוטובוס של חברת "נתיב אקספרס" פועל מהיום כ-12 פעמים ביום (!)

בקו כ.ה.- טובא זנגריה – צחר - חצור. קו מס' 63.

מזג האוויר: שבוע גשום וסוער במיוחד. כמויות חריגות של גשם בארץ

ובקיבוץ. שלג במקומות רבים בארץ.

מפעל הבונים: ניב שמרון, המנכ"ל ב-4 השנים האחרונות, סיים את

תפקידו. המנהל החדש: אליעד כץ, נציג הבעלים.

2014 - ביטוח: ביטוחי הבריאות, הבית והרכוש של החברים, וכן ההפרשות לקופות גמל (עבור הפנסיה), עברו לסוכנות "כנעני סוכנות לביטוח (2010) בע"מ", של דקלה ומשקי הקיבוצים, שמשרדם בחולתה.

2016 - תוצרת הארץ: קבוצה של כ- 13-15 חיילים/ות משוחררים, במסגרת תכנית המשותפת למכינת הגליל העליון ולמדרשת אורנים. ישהו בקבוצ 7 חודשים. יגורו בחדרי ו. בנים, 2-3 בחדר.

גיליון 2487 של העלון "דברי הכפר" פורסם, לאחר שהעורכת ב-15 השנים האחרונות, שושנה שרקי, הודיעה על סיום עבודתה.

המנכ"ל אלי בן עמי נכנס לתפקידו. ברוך כהן ממשיך ללוות לפי הצורך.

2017 – מבצע של המשטרה ויחידות מיוחדות בטובא. לאחר מעקב ממושך וחקירה סמויה, נעצרו רבים בחשד ל"פרוטקשן", סחיטה וגניבה מחקלאים.

הכרכת אירוצים חילוביים ואמאחיים!

רחל גינת

ארכיון ומרכז מידע, כפר הנשיא





לאחרונה אני מרבה לחשוב על הזמן, על מה שהוא מעולל לנו, ומה קורה לאלה שלגביהם הזמן עמד מלכת טרם זמנם. ג'ון לנון היה היום בן 78 אילו היה עוד בחיים. ב-8 בדצמבר שנת 1980 בגיל 40 הוא נורה למוות.

לפני שנורה הספיק ליצור ולשיר על הרבה דברים, ואפילו לחלום ולהאמין בכל ליבו שכל בני האדם יחיו פעם בשלום זה עם זה, שלא תהיינה עוד מלחמות וכל החרא הזה, וכראוי לחולמים נאיביים קיבל פרס מהעולם, חמישה כדורי עופרת שננעצו בחזהו.

נולדתי אחריו, אבל היום אני כבר יותר מבוגר ממנו בכמה שנים טובות ורעות (מאז שנעצר בגיל 40), ולפעמים אני חושב עליו ושואל את עצמי (מין שאלת סרק חסרת משמעות שכזו) מה הוא היה אומר, כותב, שר עכשיו על העולם שלנו לו היה חי בו עדיין. ולרוב אין לי תשובה טובה שתענה על השאלה הטרחנית הזאת.

בשנת 1980 (לאחר תקופה די ארוכה של השבתת יצירה מאונס, בעיקר משום שהיה נתון במאבק משפטי נגד גירושו מארה"ב) שב לנון ליצור עם האלבום "פנטזיה כפולה", שכלל שילוב בין שיריו ושירים של יוקו אונו. זמן קצר אחרי יציאת האלבום, ב-8 בדצמבר 1980, נרצח לנון בפתח בניין הדקוטה בו התגורר על ידי מרק דיוויד צ'פמן בחמש יריות אקדח.

מילותיו האחרונות היו "יורים בי!".

לנון הפצוע הובהל בידי שוטרים לבית החולים הקרוב, שם נקבע מותו. שם הרחוב בו נרצח שונה זמנית ל-"Strawberry Fields", על שם שירו המפורסם מתקופת הביטלס.

גופתו של לנון נשרפה ואפרו פוזר. קרוב מאוד לזירת הרצח, בסמוך לכניסה לסנטרל פארק בניו יורק, הוקם מעגל משובץ אבני פסיפס לזכרו של ג'ון לנון ובמרכזו המילה "Imagine". האתר בסנטרל פארק ווסט נקרא Strawberry Fields. הוא נחנך ביום הולדתו של לנון, ב-9 באוקטובר 1985, על ידי יוקו אונו שתכננה את המקום. מעריצים מניחים באתר ובכניסה לבניין דקוטה פרחים ותמונות לאורך כל השנה.

את השיר שצירפתי כתבתי לזכרו של ג'ון לנון, ובזמנו מייקל כהן אפילו התכוון להלחין אותו, אבל גם הוא הצטרף לג'ון לנון לפני שהוא הספיק. לא נורא, בין כה וכה אי אפשר להשיג הכל בחיים. את הציור של ג'ון לנון ציירתי בימים האחרונים.

בַּעַד מִי אֲנִי עֹכֶשׁוּ / לִג'וֹן לִנוֹן

לֹאט נִמוּג לְתוֹךְ
שָׁמַיִם לֵאִי כּוֹכָבִים
מוֹתִיר אַחֲרָיו נִצְנוּץ רֶךְ
שֶׁל מִשְׁקָפָיו הָעִגּוּלִים
כְּמוֹ פֶּתֶק שֶׁנִּשְׁכַּח צְמוּד
בְּמִגְנֵט לְדֹלֶת הַמִּקְרָר

בִּגֵּן בֵּין עֲצֵי הַדְּבִדְבָן
יוֹקוֹ נוֹתֶרֶה לְצַפְרִים
כֹּהֶנֶת חֲשׂוֹקֶת שְׁפָתַיִם
שָׁרִיר יִפְנֵי נֶאֱמָן
עַל סֶפֶסֶל בְּסֶנְטֶרֶל- פָּאָרְק
מִהֲדַהֶדֶת עֹכֶשׁוּ לְחֶסֶרִי הַבֵּית
כְּמוֹ יְרִיָּה בְּחֹדֶר רִיק

וְרֵק הָאוֹקֵינוֹס אַחִי
יִשְׁאֵג בְּעֵז אֶת הַשִּׁירִים
שֶׁפַּעַם הָיוּ רֵק שְׁלוֹ,
עַד שִׁיכְלָה הָעֵשֶׂן
מִהָאֶרֶץ.





איילת מרום

אימון אישי לחיים מלאי צבע

כחול = אינטואיציה

האינדיאנים משבט הסנקה קבעו שצבע כחול הוא צבע של רוחניות, אינטואיציה, השראה ושלווה פנימית. הוא קשור לאלמנט המים ולכן נוגע בכל התחום הרגשי.

הכחול מסמל זרימה, התפשטות, יכולת לנוע קדימה בלי להיעצר, מרגיע ומייצג אמון והרמוניה.

הכחול הוא הצבע של צ'אקרת הגרון – ולכן נחשב כצבע טוב לתקשורת וליכולת ביטוי.

כשרוצים להוציא רגשות החוצה רצוי ומומלץ ללבוש כחול.

כחול הוא צבע קר ויכול לשמש לקירור והרגעת הגוף והנפש. הוא מוריד לחץ דם, מרגיע ומנמנם. תורם להפחתת מתח ופחד, מאט את קצב הדופק.

במזרח מאמינים שכחול הוא צבע שומר נגד עין הרע, ומשתמשים בו לצביעת מרפסות ובתים, וכן משלבים אבני טורקיז באלמנטים כמו חמסות וכד'...

בעסקים שמרניים כמו רואי חשבון, חברות ביטוח, בנקים וחברות פיננסיות אחרות משתמשים בצבע כחול שם נדרש אמון, אמינות ויכולת ביטוי מול הלקוח.

מכון שנחשב לצבע מרגיע כדאי לשלב כחול בחדרי ילדים (לא יותר מידי) בחדרי ישיבות.

ענידת תכשיט או בגד כחול עוזר להתחבר לאינטואיציה.

מי שזקוק ומשתמש בהרבה כחול שיבדוק האם הוא מאמין ומקשיב לאינטואיציה שלו מספיק.

אבן קלצית כחולה – נחשבת לאבן הסטודנטים וטובה ללימודים.

אבן אקוורין – טובה להרגעה ותקשור.

אבן טורקיז – האינדיאנים האמינו, שאבן הטורקיז, גנבה את צבע השמיים. לכן ראו בה סמל לאלוהות ולכוח. טובה לכאבי ראש ודלקות שתן. היא נחשבת אבן, שמגנה מפני תאונות. מגבירה את הצורך בהגשמה אישית, ומעניקה בטחון עצמי. טובה למדיטציה, מעניקה הגנה, לאבן נודעת סגולה של איזון הדם ומערכות העצבים.

אכילת אוכמניות כחולות- תורמת לשיפור הזיכרון, לשיפור יכולת הקשב והריכוז, ואף למניעת אלצהיימר. מאפשרת למתבגרים לשמור על חדותם המנטלית לטווח ארוך יותר.

אוכמניות נחשבות, כיעילות לחיזוק כלי הדם, ולטיפול בשלל בעיות אופייניות לכלי דם חלשים, כמו טחורים, דליות, או היווצרות כתמים כחולים כתוצאה ממכות קלות . .



מעט העורכת / שושנה שרקי



סיכום השבוע שלי הוא פשוט.

שפעת זה רע. להיות בריא זה טוב.

להיות בודד זה לא טוב, להיות לבד זו בחירה.

כשאין שכנים טובים זה לא נורא, כשיש חברים טובים זה נפלא.

כשיש חברות טובות, זה אפילו עוד יותר טוב.

שיש על מי לסמוך זה נפלא

שיש את מי לאהוב זה הכי טוב.

אז שנישאר בריאים ושיהיה לנו תמיד את מי לאהוב.

שמישהו תמיד יאהב אותנו, ושלא נזדקק לאף אחד.

וזו האמת, וזה האוצר של העולם הזה.

זה הקסם, זהו הבית האמיתי - הבית שבלב.

שיהיה הרבה טוב בשבת הזאת עלינו לטובה.

שנהיה בריאים.