



את החיים צריך לחיות במבט קדימה,
אבל מבינים אותם
כאשר מתבוננים לאחור.

מרשה גראד

גיליון מס' 2602 כ' בטבת תש"פ * 17 בינואר 2020

כפר הנשיא * עלון פנימי

עורכת: שושנה שרקי sachlav@outlook.com



תודה,
על הכל

ד"ר אלדר אדם יקר

עוד מעט, והנה אתה עוזב את המרפאה שלנו
בדרך לפגוש את החופש שציפית לו, את החיים הטובים
אולי אפילו תתחיל לישון צהריים.. ☺

אחרי 17 שנות שירות שהיית כאן, בשבילנו
בהן נתת מהידע הרב שלך, מעצמך,
הצלחת לשנות ולשפר חיים של רבים מאיתנו
והיית עבור כולנו מקום מקבל מרפא ותומך,

אתה יוצא עכשיו אל החיים האמיתיים,
ואנחנו כבר מתגעגעים..
תודה על הימים והשעות הרבות
שהיית כאן עבורנו

מאחלים לך רק טוב.
חופש נעים והנאה, תמיד בבריאות טובה

אוהבים, ויותר מכל – מעריכים

אנשי וילדי כפר הנשיא

גשם בפנים וגשם בחוץ

גשם וגשם וגשם בלי סוף... /שמחה ארנולד

גשם, גשם בא, ואז עוד ועוד, נראה שמה שלא ירד על המסכנים בתל אביב ובנהריה, התאסף על בבית שלי על הגג.

זה למרות ההתנדבות המסורה של מנקי המרזבים' שהוציאו את העלים של לפני שנה' כדי לפנות מקום לחדשים. אליי הגיעו מיים עד נפש, בשבת, כשאני יושבת לפני הטלוויזיה בנחת בתוך הבית ובלי משים לב, מנערת מדי פעם את טיפות המים מהראש. עד שאני מסתכלת למעלה ומבינה את פשר הדבר (מאין יבוא עזרי?)

קו התפר בין התוספת לבין המבנה המקורי מתבטא בכתם רטיבות מקיר לקיר ומדליף מים בתוך הבית. יצאתי מהגשם בתוך הבית, לגשם בחוץ וחיפשתי מי שיותר חזק ממני כדי להרים את סולם הברזל מן האדמה, לאפשר לי לעלות לגג ולבדוק. מצאתי ספק אביר/ ספק קרבן, את דור מעין שבלי היסוס עלה על הגג וניסה להעביר את השיטפון מלמעלה עד למטה. עשה מה שיכול ונרתע. תודה דור. אני חייבת לציין שגם אדי אזורן הציע לי עזרה, למרות שנשא את בתו הקטנה בידיים אבל ויתרתי לו. למחרת באור יום ובשמש בא הרולד ושיחרר גם את הסתימה במרזב וגם מים רבים מהגג. תודה הרולד.

ביום רביעי עם התחדשות גשמי הזעם ביקשתי עזרה מהדס' ששלח לי את אופק ואת דין מהשומר החדש. אף הם עלו על הגג בחושך ובסערה וניקו את המרזב. כשהם זורמים מרטיבות בתוך הבית. לא, הם לא צריכים לשתות, ולא אוכלים שוקולד, ואולי כסף לקופה? ברור שהם לא יקחו. תודה דין ואופק. וליתר בטחון, גבי טנא התקשרה כדי להבטיח לי שאם אני זקוקה לעוד עזרה שלא אהסס ואבקש. ואיך גבי טנא פתאום נכנסת לתמונה? כי גפן קולינס שמעה על הבעיות שלי ומסרה לגבי שתדאג לי. תודה גבי. תודה גפן.

כעבר שעה, השכנה שלי לילה, השותפה שלי לגג צלצלה אלי כדי לבשר לי שהגשם חודר לבית שלה והיא חסרת אונים. הלו גבי, סליחה אבל... והנה גבי הופיעה עם עוד שני גיבורים לעת ערב, חושך מצריים ועדיין מבול יורד, עלו לגג, ניקו, נרטבו, לא תודה, לא צריך כלום. תודה רותם ואורי.

עכשיו לילה, גשם יורד בחוץ. בינתיים לא בפנים. יש לי חשמל והבית חם. לעת עתה בשם לילה הארט ובשמי אני רוצה להודות לכל האנשים הטובים

באמצע הדרך, עלי אדמה ועד הגג, שהיו מוכנים בכל התנאים הקשים לבוא לעזרתנו. תבואו על הברכה ושלא נזדקק יותר.

שמחה



**בית כפר הנשיא משתתף בצערו
של אלברט אילייב וכל המשפחה
עם פטירתו של האב
איפיל אילייב
ז"ל
שלא תדעו עוד צער**



**"לעתים גורל חיינו דומה לעץ-פרי בחורף.
מי היה חושב שענפים אלו יהפכו שוב לירוקים ויפרחו,
אבל כך אנחנו מקווים,
זאת אנחנו יודעים."**

~

יוהן וולפגנג פון גתה





על דא ועל הא / חעט: תמר וולפין

• סלבס:

סלבס, קיצור של המילה סלבריטיס (celebrities). המילה העברית היא ידוענים, כלומר אנשים מפורסמים. הרבה אנשים רוצים להיות ידוענים, להיות זמרים מפורסמים, דוגמנים ודוגמניות ידועות, שלא לדבר על פוליטיקאים הרוצים ליהנות מההנאות המצטרפות למעמד.

אם אתה חלק מבית המלוכה הבריטי, אתה גם ידוען (מאד מאד), ואתה גם נהנה מהרבה מאד פריבילגיות שהמעמד הזה מקנה לך, חלק מהן ממומנות על ידי משלם המיסים הבריטי, בנוסף לרכוש העצום של בית המלוכה, שגם הוא לא נצבר בעשר אצבעות ובעמל רב של בני המשפחה לדורותיהם. וחלק על ידי עסקים שמשתלם להם להיות טובים אל בית המלוכה (האם אתם מכירים אנשים רגילים אשר עושים את הקניות שלהם בכלבו "הרודס" בלונדון, כאשר החנות כולה סגורה על מנת לאפשר להם קניות רגועות?).

העניין הוא שאין ארוחות חנם. להיות ידוענים, פרושו של דבר ש"ידועים" עליך. איך ידועים עליך? בדרך כלל באמצעות אמצעי התקשורת. הם (אמצעי התקשורת) מתפרנסים מהצמא של ההמונים "לדעת" את הידוענים (סליחה על כפל המשמעות, לא התכוונתי לך, אבל מרגע שכתבתי – דווקא מצא חן בעיני). העיתונאים שמתפרנסים מהמידע שהם משיגים ומפרסמים, עובדים קשה עבורו. למשל, הם עומדים שעות בכל מזג אויר, במקום שהידוענים אמורים לעבור, כדי לחטוף תמונה טובה, ואפילו תמונה מצוינת. הפרת הפרטיות? זה חלק מהמחיר של להיות בעין הציבורית, וכל עוד הדיווחים הם דיווחי אמת – אין להם להלין על התקשורת. הדוכסית מייגן, שנהנתה ממעמד ה"סינדרלה", מי שמיליוני לירות שטרלינג נשפכו על חתונתה, על ארמונה, ועל ה"קוטג' הקטן שלה, הייתה צריכה לקחת בחשבון את המחיר.

אם אמנם הארי ומייגן יוצאים לעצמאות כלכלית, ולא ייהנו עוד מהפריבילגיות שמממן האזרח הבריטי, אני מאחלת להם חיים טובים. אך להחזיק בחבל בשני קצותיו, ללכת עם ולהרגיש בלי, להחזיק בקוטג' קטן בבריטניה, אבל להתנער מהחובות הצמודות לקוטג' הזה – פשוט לא נראה לי. אם תפגשו את ההורים של ארצ'י, כשהם עושים משמרות בסניף מקדונלד, תגידו להם את דעתי...

• חנייה:

סוף סוף יש חנייה מול בית יונתן המשופץ. מקווה שהמגרש יזכה למעטה של אספלט, על מנת שהכורכר לא ייסחף עם גשמי הברכה המציפים אותו.

• **משק קארד:**

ההטבות למחזיקי כרטיס האשראי משק קארד יינתנו עד 28.1.2020. חבל לפספס. הכנסו לאתר ותרוויחו (שימו לב שכתבתי הכנסו לאתר ולא "כנסו" לאתר, שגיאה שנכנסה לחיינו, כמעט בכל מסמך כתוב או מדובר).

• **נישוב – כמו "הרוח נושבת קרירה":**

כהקדמה לפסקה זאת סיפור אישי קצר:

לפני כמה שנים, לפני שאושר מתווה הגז, והארץ רעשה וגעשה בין התומכים לבין המתנגדים למתווה, הייתי חברה במזכירות התק"ץ (התנועה הקיבוצית). מישהי מחברי המזכירות דרשה שמזכירות התנועה תביע עמדה נגד מתווה הגז. התקיים דיון ער, שנמשך על פני כמה ישיבות. אני התלבטתי מאד, ולבסוף ראיתי שאין סיכוי שיהיה בידי כל המידע הדרוש, או אפילו רובו, על מנת לגבש עמדה אחראית. לא הרגשתי שאני יודעת מספיק, אם המתווה טוב למדינת ישראל, אם הוא טוב לתעשייה הקיבוצית, והאם המתווה המסתמן הוא הטוב ביותר שניתן היה להשיג. החלטתי אז להימנע מהצבעה. בסופו של דבר הוחלט שלא להחליט, כלומר לא לפרסם עמדה רשמית בשם התנועה הקיבוצית.

ומכאן לאקטואליה:

גם הקמת אסדת הגז "לוויתן", עוררה הרבה מאד התנגדויות, בעיקר מאזרחים המתגוררים באיזור שממנו ניתן לראות אותה. האסדה הנמצאת במרחק של 10 ק"מ מהחוף (הרבה יותר רחוקה מארובות קיסריה) עוררה הרבה התנגדויות, אך הפכה לעובדה קיימת.

לפני כמה שבועות סיפרה לי חברה מהגליל העליון, שבתה ובני משפחתה הגרים באזור החוף, יגיעו אליה לכמה ימים כי עומדים להזרים אל החוף גז מסוכן!!! (פעולת הנישוב - המקדימה את הפעלת האסדה). כשאמרתי לה שהמשרד להגנת הסביבה, על סמך חוות דעת של המומחים שלו אישר את הפעולה, היא אמרה לי שמומחים אמרו שהפעולה הזאת מסוכנת מאד.

לא עזרו לי ניסיונות השכנוע, ביניהם האמירה שארובות קיסריה מסוכנות יותר והן **מנשבות** גזים רעילים 24/7, ושהשימוש בגז מהים עשוי להפוך את ארובות קיסריה למיותרות. בסופו של דבר בני משפחתה לא הגיעו לביתה של חברתי, הם העדיפו לנסוע לסיני לשבוע (וזה לא מסוכן?). ולא רק המשפחה הזאת. עשרות ומאות תושבים ברחו מהאזור באותו היום, בתי ספר נסגרו, והחיים שובשו, לא בגלל הנישוב אלא בגלל הפחד ממנו.

הסיפור הזה גורם לי לחשוב מחשבות נוגות. ראשית, אני שומעת כאן אמירה בנוסח: "אל תבלבלו אותי עם עובדות, אני את דעתי לא אשנה" (לא בנושא הנישוב, לא בנושא החיסונים, ולא בנושאים רבים אחרים), שנית, וזה העיקר, אני מבינה, שבציבור יש כל כך מעט אמון במערכת.

לא מאמינים למשרדי הממשלה, לא מאמינים לאזהרות מסע, לא מאמינים למדענים של אוניברסיטאות ומכוני מחקר מהחשובים בעולם.
למי נשאר להאמין? לויקיפדיה? או אולי לציוצים של דונאלד טראמפ? בחיים לא!

• פרידה מדוקטור אלדר

ד"ר אריק אלדר, הרופא שלנו מזה 16 שנים עוזב אותנו. בימינו אפילו "צוציקים" פורשים לגימלאות, אין מה לעשות. אני יודעת שלא כולנו היינו מטופלים אצלו. בימינו, יש כאן אנשים שהם חברים בקופות חולים אחרות, או שבחרו רופא משפחה אחר באזור. אבל לרבים רבים מאתנו, הוא הפך לגורם משמעותי בחיינו. הוא היה רופא הכפר שלנו.

את רוב הדברים אכתוב לו ב"פרטי", כמו שנוהגים לאמר עכשיו, אבל מעל דפי העיתון שלנו, אני רוצה לבטא הרבה הערכה לד"ר אלדר. אני מאד מקווה שתימצא הדרך להיפרד ממנו, מרופא הכפר שלנו, פרידה מכובדת.

שבת שלום תמר וולפין



: "אינני צופה ב"אח הגדול". אבל שמעתי שהאיש הכי מתועב לשעבר בכנסת, שנהנה מכל המעלות החשובות, גזען, שוביניסט וחסר אינטליגנציה רגשית לחלוטין, הוכנס לתוך בית "האח הגדול". שזה קצת כמו להכניס בואש לתוך חדר סגור עם אנשים. אין פלא שהוא עף כעבור שבוע, וזאת כשרוב המשתתפים הימנים העדיפו עליו את הדובר לשעבר של שוברים שתיקה. אולי יש תקווה..."



הפגנה, כן חשוב על מה / מיכל אשחר

המחשבה הראשונה שלי היתה – איזה באסה, ובכמה וכמה רמות. המחשבה השניה היתה, איזה מזל! איזה מזל שהספקנו לחגוג את היומיהולדת של גיל בחגיגה מקסימה בלב הקיבוץ, שאירגנו רחלי ומעיין, ביום שישי האחרון. המחשבה שאחר כך היתה שוב, איזה באסה, ואחר כך – משאלת לב, שיימצא פיתרון שיאפשר ללב הקיבוץ להמשיך ולפעום.

הדברים מתייחסים להודעה שקיבלנו ביום שני בצהריים, על סגירת לב הקיבוץ עד להודעה חדשה, ועל הנסיבות שבהן זה קרה. בבוקר עוד הספקתי לעבור שם עם ניר שהיה בגימלים, לקשקש קצת בניחותא, לסכם את החגיגה שהיתה לנו, להסתכל על התמונות המרהיבות של רותי עמית על הקירות, לקבל תיאבון לבית הקפה של אחרי הצהריים... ואז פתאום ההודעה הזו. אם לי זה כאב, אני יכולה רק להתחיל לדמיין מה זה עשה לאחרות.

למחרת, יום שלישי בצהריים. ניר, כיתה ג', מתקשר אליי בזמן הפעילות בתלתון, קולו נרגש: "אמא, אני יכול ללכת להפגנה?????" מה הפגנה, מתי, על מה? אני בראש של בחירות ופוליטיקה, שואלת את עצמי על איזו הפגנה גדולה לא שמעתי, ומי הצליח להלהיב את הילד שלי (לא שזה כל כך קשה) על אקטיביזם אזרחי. אבל ניר כבר משיב כאילו לא מבין איך אני עוד לא יודעת, "ההפגנה שיחזירו את לב הקיבוץ!" מתי???? "היום, בשעה חמש!!" איפה???? "בכיכר!!! אנחנו מכינים שלטים!! אני יכול?????" בטח שאתה יכול, לצערי אני הולכת לעבודה, אהיה איתכם בליבי.

בערב, שאלתי את הילדים איך היתה ההפגנה שהם אירגנו, כל ילדי התלתון, כך הבנתי, לגמרי בעצמם.

גיל: כיף

ניר: כל התלתון הגיעו! והיו גם כמה מבוגרים. וחסמנו את הכביש שליד האלונית! אבל כל פעם רק כמה ילדים, כדי שיהיה בטיחותי.

אני: מה היתה הסיסמא שלכם?

ניר: קראנו, "הפגנה, רוצים את לב הקיבוץ בחזרה!!"

גיל: אנחנו בכלל לא רוצים את משרד החינוך!!

ניר: לא גיל, זה משרד הבריאות

גיל: אה, נכון. את יודעת שהם רוצים **שבע** כיורים????

ניר: לא, חמישה.

גיל: והם רוצים שני שירותים!!!

אני: אבל כבר יש שם שני שירותים

גיל: לא, הם רוצים שניים בכל אחד!!
 ניר: והם רוצים שירותים מיוחדים לעובדים
 אני: ולמה אתם בעצם רוצים את לב הקיבוץ בחזרה?
 שניהם מסתכלים עליי במבט של – איזו שאלה מוזרה. ובכל זאת עונים, "כי
 אנחנו אוהבים להיות שם, לשחק, לאכול".

רחלי ומעיין, וכל הפעילות והפעילים שבהתנדבות מלאה יצרו את המקום
 המופלא, הייחודי, הביתי והחיוני הזה – אני מאמינה שאתן יודעות כמה המקום
 אהוב וחשוב, וזאת הזדמנות לומר גם כאן – תודה ענקית. המקום יחסר לנו,
 ואני מקווה מאוד שלתקופה בלבד, והלוואי שתהיה קצרה.





בעולמה של רותי

ביום שבת שעבר נערכה בלב הקיבוץ פתיחה חגיגית לתערוכתה של רותי עמית. השבוע שקדם לפתיחה היה גשום, קודר וסוער עד מאוד, וכשהאנשים קמו בבוקר יום שבת וראו לפתע פיסת שמים כחולה ושמש חמימה וידידות, הם מיהרו לצאת מן הבתים ולבוא אל לב הקיבוץ לפתיחה.

ראוי לציין שלכבודה של רותי לפחות ארבעה רופאים (ספרתי) ישבו בקהל, כך שהרגשנו מאוד בטוחים, וידענו כולנו שאם יקרה משהו ומישהו יקרא לפתע "יש רופא בקהל" תבוא תשובה הולמת (למען האמת זה קצת שיבש את הנתונים הסטטיסטיים של הפריפריה במספר רופאים לנפש), ובכל מקרה רוני וגנר הנעימה זמירות בליווי גיא והשרתה רוח טובה ומרגיעה על הקהל שנהנה באותה עת גם ממזון משובח.

ז'אן פול סארטר כותב בספרו "המילים" את הדברים הבאים: "תרבות/אמנות איננה מצילה דבר, אף לא איש, היא אינה מצדיקה. היא תוצר של האדם: הוא משתקף בה, מזהה את עצמו. מראה ביקורתית להתבונן באמצעותה על עצמו". לדעתי זהו אחד האופנים להתבונן גם על התערוכה של רותי.

לפני שאכנס לתערוכה עצמה, אני מבקש לומר כמה מילים על הקשר בין צילום ליצור. לאחרונה אני שומע קולות של זלזול, בקרב אמנים וגם כאלה שאינם, על מי שמצייר לפי צילום ולא לפי אדם או נוף אותנטיים. ברשותכם אני רואה את הדברים קצת אחרת. בתחילה, בסוף המאה התשע עשרה היה ברור שהצילום והראינוע הם חיקוי של המציאות. הקהל שצפה בסרטון הראשון של האחים לומייר "רכבת נוסעת לעבר הקהל" כה נבהל עד שקם מהמושב ונמלט מהאולם. היה ברור לצופים שהיחס בין המציאות לסרט הוא אחד לאחד. היום מאה ועשרים שנה אחרי, אנחנו נמצאים בתוך סיטואציה תרבותית שבה החיים נוטים לחקות את הקולנוע ואת הטלוויזיה. לכן מי שמצייר לפי צילום, וישנם אמנים שגם מציירים על גבי הצילום, בעצם מבקש ליצור סינתזה, תנועה הפוכה שתחזיר את הצופה חזרה אל המציאות, אבל עם קצת צידה לדרך. ואחרי שאמרתי את זה ונשארתי בחיים בואו וניכנס אל התערוכה.

בעיקרון כאשר אני בא לתערוכה, כל תערוכה, אני נכנס אליה כחוקר מז"פ (CSI) אל זירת רצח. האמת היא שכך אני נכנס גם אל טקסט.

בתערוכה פזורים רמזים, או חלקי פאזל, שעלי ללקט אותם אחד לאחד כדי לקבל באמצעותם את התמונה הכוללת.

הערה שנייה, התערוכה, כל תערוכה, היא סוג של דיוקן האמן שאומר לנו באמצעותה כמה דברים על עצמו ועל התקופה בה הוא חי. בחרתי לדבר על התערוכה באמצעות שלושה גופי עבודות. רישומים של רותי משנות השישים. דיוקן של נדב עם הבנות שנעשה לפי צילום. ועוד תמונה שאדבר עליה בהרחבה בהמשך.

הרישומים מגלים לנו מה העסיק את רותי בשנות השישים. שני רישומים מתארים דמויות אנושיות השרויות במצוקת רעב קשה בביאפורה ובבנגלדש. ועוד רישום המדמה אייקון כנסייתי בהשראת ליאונרדו דה וינצ'י. כולנו זוכרים איך התחלנו לגלות את הפערים העצומים המתקיימים בין העולם המערבי השבע לבין העולם השלישי הגווע ברעב והתקוממנו על כך. הביטלס שרו שירי מחאה באנגליה, בוב דילן שר שירי מחאה בארה"ב, ורותי רשמה רישומים בניו יורק והגיבה על מה שמתחולל בעולמה עולמנו.

הדיוקן של נדב לוקח אותנו לתקופה אחרת. לדור הבא. רותי כבר לא בניו יורק היא בכפר הנשיא. והיא מציירת את בנה ונכדותיה כסוג של הגדרת הישג וגם כניסיון להקפיא איזשהו רגע בחיים ולהנציח אותו.

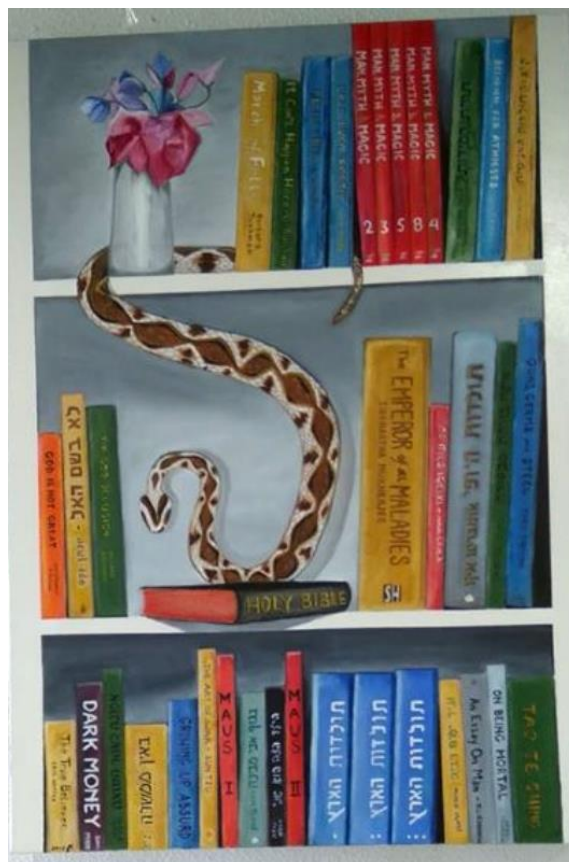
התמונה השלישית היא בעיני לב התערוכה. לאלה ביניכם שמכירים את תמונתו של הצייר האמריקני המפורסם אנדרו וייאת' "עולמה של כריסטינה". התמונה צוירה בשנת 1948 בחוות אולסון בקושינג, מיין. זהו ציורו הידוע ביותר ובו נראית שכנתו, כריסטינה אולסון, שרועה בשדה מצהיב ופניה מופנים אל ביתה הנמצא על קו הרקיע. וייאת' שאב השראה מכריסטינה, אשר סבלה ממחלה ניוונית (שלא אובחנה) ובילתה את רוב זמנה בביתה כיוון שלא הייתה מסוגלת ללכת על רגליה. הציור מגדיר את עולמה באופן כל כך מדויק, עד שברור לנו שזהו לא רק דיוקן אלא גם נוף תרבותי. לתמונה השלישית שאדבר עליה אני קורא "עולמה של רותי". זהו ציור שכל פרט בו נבחר בקפידה רבה. שום דבר לא נמצא שלא במקומו הנכון. מי שמתבונן על התמונה לומד המון דברים על עולמה של רותי, שספרים מאוד חשובים לה, וגם איזה ספרים הם חשובים ובעלי משמעות בעיניה. הנחש שמתפתל בגן העדן של ספרים, של רותי לוכדת הנחשים, שווה הרצאה בפני עצמו ואולי זה יקרה בפעם אחרת. מי שייקח את שלושת התחנות שעברתי בהן יגלה שעולה מהן איזשהו דיוקן תרבותי של רותי עם עצירות בתחנות שונות בחייה, כאשר הציור על הספרים במדפים מעניק לנו מבט רחב ידיים על הנוף התרבותי שלה.

ולסיום אני רוצה לתת עוד שתי אפשרויות להתבונן בתערוכה. בזמנו, באחת הפתיחות הראשונות, דיברתי על שלושת המישורים של ארווין פנובסקי של מפגש עם יצירת אמנות. המישור החווייתי, המישור של ההקשר התרבותי והנסיבות שבהן נוצרה התמונה.

אני רוצה להוסיף הפעם את הדרך של רולאן בארת. בארת אומר שבמפגש עם טקסט/צילום/ציור ישנם שני מצבים - סטודיום ופנקטום. "סטודיום" מהמילה סטאדי, לימוד. ו"פונקטום" הוא נקודה, הדגשה, דקירה.

הסטודיום מאפשר לנו הבנה אינטלקטואלית של הציור/טקסט/צילום. הפונקטום מאפשר לנו לחדור אל תוך ליבה של היצירה דרך ליבנו שלנו. בפונקטום אנחנו מדלגים מעל היוצר של התמונה/טקסט והופכים להיות היוצרים של השיח שלנו עם היצירה, דרך החוויות והטראומות האישיות שלנו. עד כאן בעולמה של רותי, וניפגש שוב כולנו בלב הקיבוץ בפתיחה הבאה.

בעולמה של רותי, ציירה יפה רותי עמית



טבע האדם? / שושנה שרקי

זה לא כל כך נעים.... זה בכלל לא נעים, לראות את מרכז לב הקיבוץ סגור. עצוב ומעורר רחמים.

עבור חברת כפר הנשיא לב הקיבוץ, כבר הפך מזמן להיות בית חם - כזה כמו של פעם. אירועי תרבות שונים, חזרתו של הבראנץ' שהביא עימו שמחת ביחד לשעות ארוכות בשבת.

פינות משחקים לילדים מכל הגילאים, התכנסויות חברתיות רשמיות, למידה. אירועים חברתיים ואירועי שמחה פרטיים, בתשלום, שמכסה את צורכי הבית.

מעין ורחלי אימהות הבית מטפלות מיומנות בעלות ערכים חברתיים וחזון, יזמו התרמות ותקציבים/ הוסיפו חדר כושר וחדר ספורט, הרבה חברים שותפים לעשייה - מתנדבים למען החברה.

וכל הזמן הזה, נראה שאי שם, בפניה, קיים מקום של חוסר פירגון מוחלט, שם גדלה ומתפתחת לה הקנאה.

ללכת ולהלשין במשרד הבריאות, שאין לנו רישיון להפעיל חדר אוכל?

למה???

מה עלה בדעתו של אותו אדם שיצא החוצה, "להגיד עלינו", רק כדי להרוס לנו את הביחד, את השמחה. את הסיפוק שיש, בלראות חברים מכל הגילאים, עם ילדים, עם נכדים, עם אורחיהם... מתכנסים בשבתות לראות תערוכה אומנותית של ציור, לשמוע שירים, להקשיב להרצאה, לשבת סביב שולחן לשיחת חברים מהנה ומרתקת.

כשקראתי את ההודעה במקומי "מישהו הלשין...." חשבתי; מיהו, או מי היא - אותו אדם - שאינו מסוגל לסבול הצלחה והנאה של אחרים, אפילו שאין הצלחתם גורעת משלו.

ומצאתי שאומרים;

"קיימים שני דברים שמהם עלינו לפחד:

קנאתם של חברים ושנאתם של אויבים". קלאובולוס מרודוס

"כל קנאה איננה מועילה, כי בנסותה להשחיר פניו של הזולת

היא מאבדת את התועלת לעצמה". דמוקריטוס

שושנה ש.

לא חבל ???!!



הקורס מיועד לאנשי
מקצועות הבריאות,
דיאטניות ומטפלים



הקורס יתקיים בימי שלישי
במשך 10 מפגשים
החל ב-21.1.20 בין
השעות: 15:30 – 19:30



עלות הקורס: 2,000 ₪



דרכי הדרכה:

מעגלי הקשבה, תנועה, כלים
אנרגטיים לריפוי ושיני תודעת,
הבעה בכתובה אינטואיטיבית
וצבע, צפייה בסרטונים, קלפים
טיפוליים, אכילה קשובה, דמיון
מודרך, מדיטציות.



פתיחת הקורס מותנית
בהשתתפות של מינימום 15
משתתפים
ובראיון טלפוני אישי



טיפול באכילה רגשית

זיו מרכז הדרכה וסימולציה מזמין אותך, לקורס ייחודי משולב, חוויתי ואינטגרטיבי, המאפשר ללמוד גישה חדשנית לטיפול באכילה רגשית, גישה המשלבת את הצד המנטלי, הרגשי, הפיזי והאנרגטי.
אכילה רגשית נפוצה מאוד בעידן השפע, ועלולה להביא לקושי לחיי המתמודדים עמה. דרך הטיפול הנפוצה כיום באכילה רגשית והשמנה היא דרך המתמקדת בשינוי אורח חיים, שהצלחותיה מוגבלות ביותר. בקורס ילמדו כלים ייחודיים ועוצמתיים לאבחון, טיפול וריפוי משולב באכילה רגשית ובמערכות היחסים שלנו עם הגוף והאוכל.

תכנים עיקריים

- מהו טיפול משולב באכילה רגשית
- ריפוי מערכת היחסים עם הגוף, כבסיס לשינוי מערכת היחסים עם האוכל
- שיפור ושינוי מערכת היחסים עם הגוף
- רעב רגשי, רעב פיזי ותאבון.
- הפחד מרזון ותפקיד השומן.
- אכילה ומיניות, אכילה וכסף
- מערכת היחסים עם האוכל.
- אכילה רגשית ואכילה מודעת.
- העברה בין דורית של התנהגויות האכלה ואכילה.
- האוכל כשער לריפוי מעגלי תוכן אחרים

מרצה: מיטל גבע אוחיון, M.Sc. דיאטנית ומטפלת באכילה רגשית, מובילה גישה אכילה ומערכות יחסים



לפרטים והרשמה

טל. 04-6828032
פקס 04-6828832

schoolziv.n@ziv.health.gov.il



מרכז זיו - הדרכה וסימולציה
מאיונות במקצועות הבריאות והרפואה



הסיפור שלי בקצרה / דויד דיבון

לפני שנה הגשתי חלום יחד אתכם-

יצאתי לתחרות "איש הברזל" באילת במטרה להגשים עוד חלומות של אחרים.

עטוף בתמיכה ובאהבה ובעידוד שלכם, גייסנו אלפי שקלים לטובת ילדים עם מחלות ניוון שרירים.

וזה רק פתח לי התיאבון לחלום יותר בגדול!

את "איש הברזל" עשיתי פעמיים בעבר, שנה שעברה הייתה זו פעם ראשונה תחת הכותרת "אחרי שיקום" כתוצאה מתאונת עבודה. התחושה הזו של להיאבק מחדש על משהו שבעבר עשיתי ב"קלות" חיבר אותי לעמותת צעדים קטנים, הם שנלחמים בכול יום נתנו לי השראה. הפעם הולכים גדול יותר!!!

"האולטראמן"

מסע בן 3 ימים רצופים- מים כנרת עד ים סוף באילת, 10 ק"מ שחייה, 425 ק"מ רכיבה באופניים, ו-84.4 ק"מ ריצה לקינוח.

יחד אתכם ועם עמותת "צעדים קטנים" לטובת ילדים עם מחלות ניוון שרירים, אני רוצה להמשיך את המסורת- שריר שלי לטובת שריר שלהם, ויחד עם שריר הלב שלכם, לגייס 30 עבור כול קילומטר ב-520 ק"מ של תחרות האולטראצ'לאנג. עזרו לי ולהם להגשים עוד חלום.

דוד



THE
ULTRAMAN
CHALLENGE

A year ago I fulfilled a dream together with you.

I joint the "Iron Man" competition in Eilat, in order to fulfill the dream of others.

Wrapped up with your support, love & encouragement we were able to raise thousands of shekels for children with muscular dystrophy.

This only made me dream bigger!

Twice before I have completed the "Iron Man", but last year was my first time under the category of "after rehabilitation", due to a work accident. This sense of having to battle to accomplish something that I could do previously rather with "ease", brought me in contact with the trust "Little Steps"- helping children with muscular atrophy diseases. Their daily battle & struggles has been my source of I inspiration.

This time we are going even bigger- "ULTRAMAN"

A 3-day competition, a journey from the sea of Galilee to the red sea in Eilat.

10 km swimming

425 km swimming

84.4 km (twice marathon distance) running for the grand finale.

Let's make every step count- together with you and the trust "[Little Steps](#)" I want to continue the tradition of raising funds for children with muscular dystrophy.

I ask you to put an effort

For my efforts

And together in joint forces to raise 30 NIS for each KM in the 520 Km's of this ULTRAMAN competition.

Help me and the children to fulfill another dream.

Please [click here](#) to donate by credit card.

Please [click here](#) to donate by Pay Pal

David



משולחן העורכת

