

דברי חכמה



האדם הוא בעל החי היחיד הצוחק ובוכה;
משום שהוא בעל החי היחיד, המשגיח בהבדל
שבין המציאות כפי שהיא,
ובין המציאות כפי שהיתה צריכה להיות.

ויליאם האזליט

גיליון מס. 2641 *כ"ח תשרי תשפ"א *16 באוקטובר 2020
כפר הנשיא * עלון פנימי
עורכת: שושנה שרקי sachlav@outlook.com



בין ירדן לטובא - 7

"...רסיסים, למה זיכרונות נמסים, כמה שאני לא כיסיתי, זה נכנס לי בתריסים..."

כמה מילים על ניהול סיכונים – ניהול סיכונים הוא חלק בלתי נפרד מהחיים של כולנו. כי מרגע שאנחנו מספיק בוגרים כדי להתחיל לקבל החלטות, אנחנו מתחילים גם לנהל סיכונים ונעים על הרצף בין "סיכון מחושב" ל"חישוב מסוכן"

ילד שמחליט לטפס על עץ, למרות שיש בזה סיכון מחושב של נפילה, החליט ששווה לקחת אותו בשביל הכיף ואולי גם בשביל חיזוק האגו.

נער שקיבל רישיון נהיגה, יכול מאותו רגע להחליט אם הוא נוסע מהר ולוקח חישוב מסוכן גדול, או נוסע לאט ומוריד את הסיכון, וכך במהלך כל שנותיו על הכביש. כך גם מי שמחליט לעשן, או להתבטל או לפגוע בבריאות בכל דרך אחרת, עושה שיקול ולוקח סיכון, לעיתים מחושב ולעיתים מסוכן.

גם ההחלטה איזה ביטוח לעשות, יותר מקיף או פחות מקיף, זה ניהול סיכונים, כי ככל שזה מכסה יותר זה גם עולה יותר.

נראה לי שהתקופה האחרונה לימדה כל אחד ואחת מאיתנו, איזה סיכון הוא או היא מוכנים לקחת – כן או לא לחבוש מסיכה, כן או לא להתקהל, כן או לא להביא את הילדים לבית הילדים או להרשות להם לשחק במגרש המשחקים – כל אחד בוחר את רמת הסיכון שהוא מוכן לקחת בתוך כל בליל המידע והאיומים שנזרמים עלינו מידי יום.

נראה לי שמה שהכי חשוב בכל הסיפור הזה, הוא מצד אחד להשתדל ככל האפשר שהסיכון שאני לוקח אינו מסכן אחרים, ומצד שני לא לשפוט אף אחד אחר על הסיכון שהחליט לקחת או לחילופין אל הסיכון שהחליט לא לקחת.

למשל בחינוך – מאחר והוחלט על סגר כללי ועל סגירת כל מסגרות החינוך, אבל מצד שני יש הורים רבים שכן יכולים לצאת לעבוד, נוצר מצב בלתי אפשרי הן מצד ההורים והן מצד הקהילה.

לכן החלטנו לעשות שני דברים – דבר ראשון ביררנו את מוכנות הצוותים לעבוד, כדי לבדוק את היכולות שלנו לתת מענה. מי שבחרו לעבוד מאוד עזרו לנו ואפשרו לפתוח מסגרות באופן חלקי, אבל יותר חשוב, כל מי שבחרו לא לבוא לעבוד, החלטתם התקבלה בהבנה מוחלטת, לא שפטנו אותם, לא כעסנו ולא נעלבנו, קיבלנו את המצב כפי שהוא וניסינו לעשות איתו את המיטב.

הדבר השני היה פניה להורים לבדוק מי מעוניין/צריך/רוצה להביא את ילדיו למערכת, נערכנו בהתאם לתשובות וקיבלנו כל מי שבחר להביא במסגרת מגבלות הצוות שעמד לרשותנו, אבל יותר חשוב, מי שבחר לא להביא, לא לחצנו ולא עשינו כל פעולת שכנוע, קיבלנו וכיבדנו לחלוטין את הבחירה.

או למשל ההתארגנות הקהילתית – בתוך כל ההנחיות האלו, היו גם התארגנויות קהילתיות. זה התחיל מהורי הילדים שלא נכנסו למסגרות מכל הסיבות הנכונות, והמשיך להתארגנויות נוספות.

היו פרסומים והיו הרשמות והייתה השתדלות לעשות אותם במקום מוגדר. ומי שבחר לבוא, בא. ומי שבחר לא לבוא, לא בא. וכל בחירה היא נכונה ומכובדת ומתאימה למי שבחר בה. הנקודה העיקרית הייתה שלא עושים מזה עניין ורעש מיותר, מפעילים בצנעה, כמעט בחשאי. מכבדים את מי שבחר לבוא ומשתדל לשמור על האחרים, אבל זה לא מפריע למי שבחר לא להגיע.

גם ביום כיפור שהיה במועדון, מי שבחר להגיע בא, ולא הפריע למי שבחר לא להגיע. העיקר שזה היה במקום מוגדר, בצנעה, בלי הרבה רעש וצלצולים. ובשלב שהייתה התקהלות יותר גדולה מהמתוכנן, מי שזה לא התאים לו, יצא החוצה.

כל אחד ואחת עם בחירתו האישית, המקובלת והמכובדת והנכונה – כל אחד/ת וניהול הסיכונים שלו או שלה – לא באים בטענות ולא שופטים אף אחד או אחת על הבחירות שלו/ה

לעומת זאת, ההתארגנות שתוכננה בעניין שמחת תורה חרגה מהצנעה המתבקשת, עליה הקפדנו לאורך כל התקופה הזו, ולא התאימה למצב.

לא מתאים לעשות תהלוכות ורעש וצהלולים, עם פוטנציאל התקהלות לא מבוקר בבסיס שלו.

ניסינו להקפיד על אי-התקהלות ביום העצמאות ובשבועות, וזה לא ממש עבד למרות ההבטחות, אבל זו הייתה תקופה אחרת, תקופה בה חשבנו שהקורונה כבר מאחורינו.

עכשיו אנחנו ממש לא בטוחים בזה, ולכן חשוב שנאפשר לכל אחד לבחור את מקומו, ולא נפיק אירועים מנקרי עיניים – זה לא מתאים בשום צורה לאופן בו אנחנו מנהלים את חיינו בתקופה הזו, כפי שמפורט בהרחבה בכל מה שכתבתי עד עכשיו.

ועוד כמה מילים אישיות – כמו שכל אחד ואחת בוחר את רמת הסיכונים שהוא או היא מוכנים לקחת, גם אני באופן אישי עושה לעצמי את השיקולים ואת ניהול הסיכונים הפרטי שלי, מותאם לגיל ולמצב האישי והבריאותי שלי על כל המשמעות של הבחירה.

אם לפני 10 שנים עישנתי, ונסעתי מהר, אכלתי הכול וטיפסתי על עצים, היום אני לא מעשן, אני מקפיד על תזונה, אני עושה פעילות ספורטיבית מותאמת, אני נוסע לאט ובזהירות, ועכשיו בתקופת הקורונה אני משתדל להיזהר ולא להיכנס למרחבים שאני לא בטוח בהם. אבל אני כן יושב בישיבות, כי זה בעיקר עם אנשים שאני מכיר. אני כן מארח את ילדיי בביתי בחגים, אבל אני לא הולך לאף התקהלות שיש סיכון שיהיו בה

אנשים אקראיים, אני לא נכנס למקומות ציבוריים שיש בהם אנשים שאני לא מכיר, ואני חייב אז רק לפרק זמן של מספר דקות בודדות. למסגרת הזו נכנסות גם הלוויות, ימי שבעה והפגנות.

אני יודע שבמסגרת תפקידי, יש ציפייה שאני אגיע למפגשים האלו, אבל אחרי פעם או פעמיים שבאתי בתקופת הגל הראשון, החלטתי שזה סיכון שאני בוחר לא לקחת, גם אם יהיו לזה מחיר חברתי ותדמיתי - כי הבריאות חשובה לי יותר.

אני לא חושב שיש זכות למישהו לשפוט אדם אחר על בחירתו, באופן כללי, ובטח בימי קורונה.

ולדוגמה - למרות שאני חושב שראש הממשלה הנוכחי חייב לעזוב אותנו כבר מזמן יחד עם כל הממשלה ההזויה שלו, עדיין, מה שהוא עושה בתוך ביתו אינו עניין שלי או של אף אחד לצורך העניין, שיארח את מי שהוא רוצה זה עניין אישי שלו, כמו גם של הנשיא ושל גילה גמליאל ושל כולם. אם הם בחרו לקחת את הסיכון האישי, זה עניין שלהם, אני לא בא בטענות ולא שופט אף אחד מהם.

כי כמו שלכל אחד יש את הזכות לבחור את הסיכונים שהוא או היא מוכנים לקחת, גם להם יש את הזכות הזו, וצריך להשתמש בה במלוא האחריות וכובד הראש המתאים, אבל הבחירה היא אישית.

וכמה מילים על צח"י – שמח לבשר שאשר איילון החליט לקחת על עצמו את תפקיד ראש צח"י,

הוא לומד כרגע את הדברים ויכריז על לקיחת האחריות כשהיה מוכן.

מאחל לאשר המון הצלחה, המון אורך רוח, ואשמח לתת את כל העזרה הנדרשת.

ולכל בית כפר הנשיא שתהיה חזרה זהירה לשיגרה, בחירות נכונות והתנהלות אחראית,

הרבה בריאות ורק בשורות טובות.

בברכה – גל סער



מה קורה בתרבות? / רפי פרנק ורתם איילון

התלבטויות ועשייה יחד

מאז תחילת השנה, ובפרט בגלי הסגר, הועדה מתמודדת ומתלבטת בתחומים רבים וכולם שזורים יחד בדיונים וההחלטות.

הועדה עסוקה כל השנה ביישום תכנית העבודה המבוססת על חגים ומועדים. יחד עם זאת, ממשיכה ביצירתיות והתאמה של המציאות החדשה של הפקת אירועים.

זה ממש לא פשוט, כי יש לוועדה אחריות והשפעה משמעותית במניעת התפשטות קורונה מחד, ושמירה על שפיות ובריאות נפשית שלנו במסגרת המגבלות.

דוגמה מצוינת היא ההחלטה לאחר דיונים רבים, **לא לקיים את האירוע המרכזי בחג המשק** בברכה. בדיעבד, הייתה זו החלטה נבונה (למרות התנגדויות בקהילה) כי באותו סופ"ש חוונו את האימות הראשון ובעקבותיו גל של בידודים.

בגדול, ומפה נעבור לנושאים אחרים, הועדה פועלת לשמר את התרבות במסגרת ההנחיות של צוות צח"י ופיתוח של אירועים חדשים תוך כדי תנועה.

ועדת ספורט

תקופה ארוכה שאנו דנים עם גל סער ועידו גרשמן על מיזוג של ועדת ספורט לתוך ועדת תרבות, תוך שמירת העצמאות והאחריות של ועדת ספורט לעסוק, לפתח ולשמר את ספורט בקהילה. נכון להיום ועדת ספורט (בגדול = עידו גרשמן) עסקה בהקמת קבוצות, עידוד יחידים בספורט תחרותי, ומשיכה של צעירים למפגשי ספורט באופן קבוע (למשל כדורעף). הועדה פעלה כמעט ללא תקציב, כשרוב התקציב נותב לטובת חדר הכושר שממוקם באקונומיה ההיסטורית.

המטרה של המיזוג היא הנגשת הספורט לכל הקהילה, גם במקצועות שאינם תחרותיים, והעצמת ספורט הפנאי גם לחובבנים או כאלה שעוסקים בו מפעם לפעם. כרגע עידו יוביל תכנית עבודה יחד עם ועדת תרבות לשנת פעילות 2021 והיא תכלול גם תכנית השקעות לשנה הבאה ולשנים הבאות. למשל, החלום של עידו הוא בנית אולם ספורט כמו שקיים בקיבוצים רבים במועצה שלנו. בהזדמנות זו, אנו מזמינים את כולכם ליצור קשר עם עידו, לעלות רעיונות, בקשות והתנדבות להובלת פעילות ספורטיבית.

יוזמות

לאחרונה מתרבות היוזמות פרטיות לאירועים תרבותיים, סדנאות והפעלות. זוהר וולפסון, תם גרשמן ושקד פרנק-אדלשטיין ריכזו את הפעילויות ועדיין מקבלות פניות לפעילויות חדשות או חוזרות. שקד הובילה דיון בוועדה כדי שנחשוב יחד איך הועדה תתמוך ותעודד את היוזמה המבורכת, עם רגישות להנחיות הקורונה והרצון לשמור על בריאות הציבור. גם לנו בוועדה זאת התנסות חדשה, ואנו מקבלים החלטות, מפיקים לקחים ומשפרים כל הזמן. חשוב לזכור שאנו עדיין בתוך אירוע מתגלגל וההנחיות משתנות גם לאחר קבלת ההחלטות.

קהילה

זו הזדמנות נהדרת לרכוב על גבי "דבריי" ולקרוא לכל שוחרי התרבות בקהילה הנפלאה שלנו - בואו להתנדב בתרבות, כל יוזמה נשקלת וכל רצון להתנדב וליצור חגים מרגשים - מתקבל בשמחה. לפרטים מוזמנים לפנות אליי (רתם איילון). עד כאן לשבוע זה.

שבת שלום ובריאות לכולכם מועדת תרבות ☺





פינת המידע הרלוונטי

מענה רפואי

24/7:

עכשיו יותר מתמיד חשוב לדעת על האפשרויות לקבלת מענה ושירות רפואי כשהמרפאה סגורה או בחרום, 24/7:

- **שר"פ – שירותי רפואה פרטית בחירום:** השירותים מאפשרים קבלת ייעוץ ומענה רפואי מיד בהתאם לצרכים ולכל בעיה המתעוררת. הפנייה לשירותים הללו מתנהלת באמצעות התקשרות אל מוקד השירות בטלפון 03-6190579. קבלת השירות כרוכה ברישום מראש ובתשלום חודשי של 22 ₪ (ילדים עד גיל 18 של המשלם כלולים ויכולים לקבל גם שירות). לפרטים ניתן לפנות לאירנה בנייד 052-6265891 ולהצטרפות במייל: irenazaf8@gmail.com
- **קהילה בקשר (לפנסיונרים) – השירותים כוללים** ייעוץ רפואי טלפוני, הפניות לבי"ח, פינוי באמבולנס, ביקורי רופא, מענה טלפוני ואפליקציה למענה מכל מקום בארץ, לחץ/צמיד מצוקה בבית ועוד. הפנייה לשירותים הללו מתנהלת באמצעות התקשרות אל מוקד השירות בטלפון 073-2341234. לפרטים והצטרפות ניתן לפנות לשיפי בנייד 054-2882573.
- **מוקד האחיות של כללית** בטלפון call *2700
- **מד"א** בטלפון 101
- **איחוד ההצלה** בטלפון 1221
- **התחברות לכללית "און ליין" –** למחוברים לשירות זה ישנה אפשרות ליעוץ עם רופאי משפחה, ילדים ועור 24/7, שנותנים שירות דרך הטלפון. המטופל יכול לראות את כל התיק הרפואי בטלפון/מחשב, כולל הפניות, טופסי 17, תשובות בדיקות ועוד. לפרטים והצטרפות ניתן לפנות לדורית צחור במרפאה.

בברכת בריאות שלמה! צוות רווחה, כפר הנשיא



לפטרה ועודד כץ

מזל טוב להולדת הבן - אח לדניאל וטום

מזל טוב להולדת הנכד לצביה ויוסי כץ

רוב נחת לכל המשפחה המורחבת



לענבר ואנדרי כהן ברגר

מזל טוב להולדת הבן.

מזל טוב להולדת הנכד למרים וברוך כהן

רוב נחת לכל המשפחה המורחבת

כשהתינוק הראשון צחק את הצחוק הראשון שלו,

הצחוק נשבר לאלפי רסיסים שקיפצו ורקדו

וזו הייתה תחילתן של הפיות.

על הדרך / הפינה של דודו



כמה מילים על שירה ועוד כמה מילים על ספרות

בודדים אומרים

לפעמים אתה שואל את עצמך מהו הדבר שעושה שיר לשירה. מה עושה אוסף מילים אקראי שהפכו למשפטים, שהתקבצו להיות שיר במוחו של אדם אחד שבואו נניח ששמו אברהם בן יצחק, ושמבקיע דרך השנים הרבות שערם בערמתו בינינו הזמן, ולפתע מכה בך בכל הכוח בלב כמו הטיטאניק בקרחון ומרסק אותו לרסיסים.

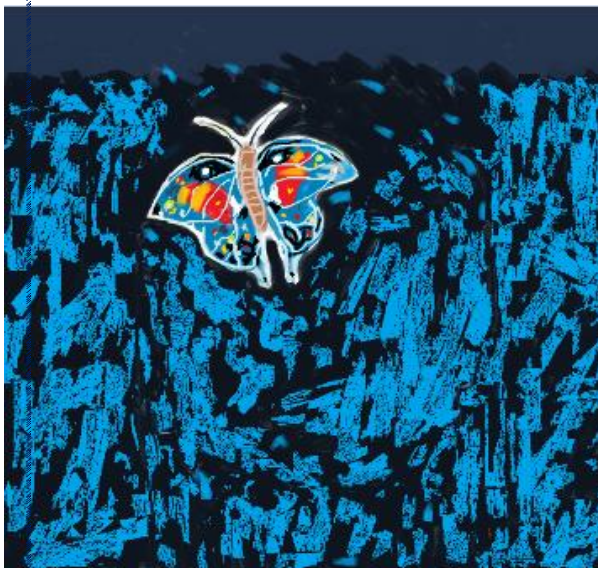
לא יודע אם ישנה בכלל תשובה מושכלת לשאלה הקשה הזאת, אבל ללא ספק המשפט "ועולם מצער מתרונן" שכתב אברהם בן יצחק סונה לפני יותר ממאה שנה מתאר באופן כל כך מדויק את החוויה הפרטית של כלל הקיום האנושי בעולם. שר החינוך לשעבר רפי פרץ דיבר די מזמן על "בתי ספר לנביאים", ואברהם בן יצחק משיב לו מנבכי העבר, ובורא נבואת שיר אוניברסאלית מתוך מצוקת בית הספר של החיים הקשים הפרטיים שבו חי, שיר שהוא יללה שקטה ומקפידת דם של נבואה מצמיתה ויפה באופן אסתטי ונורא, המתארת את ימינו אנו באופן מדויק כל כך ומכאיב. אכן בשבע דרכים נתפלג ובאחד אנו שבים.

בודדים אומרים | אברהם בן יצחק (סונה)

. יום ליום ינחיל שמש דועכת
ולילה על לילה יקוֹנן.
יקיץ אחר קיץ יאסף בשלכת
ועולם מצער מתרונן.

ומחר נמות, ואין הדבר בנו,
וכיום צאתנו נעמד לפני שער עם נעילה.
לב כי יעלז: הן אלהים קרֵבנו,
והתנחם וחרד מפחד המעילה.

יום ליום ישא שמש בוערת
ולילה אחר לילה ישפך כוכבים,
על שפתי בודדים שירה נעצרת:
בשבע דרכים נתפלג ובאחד אנו שבים.

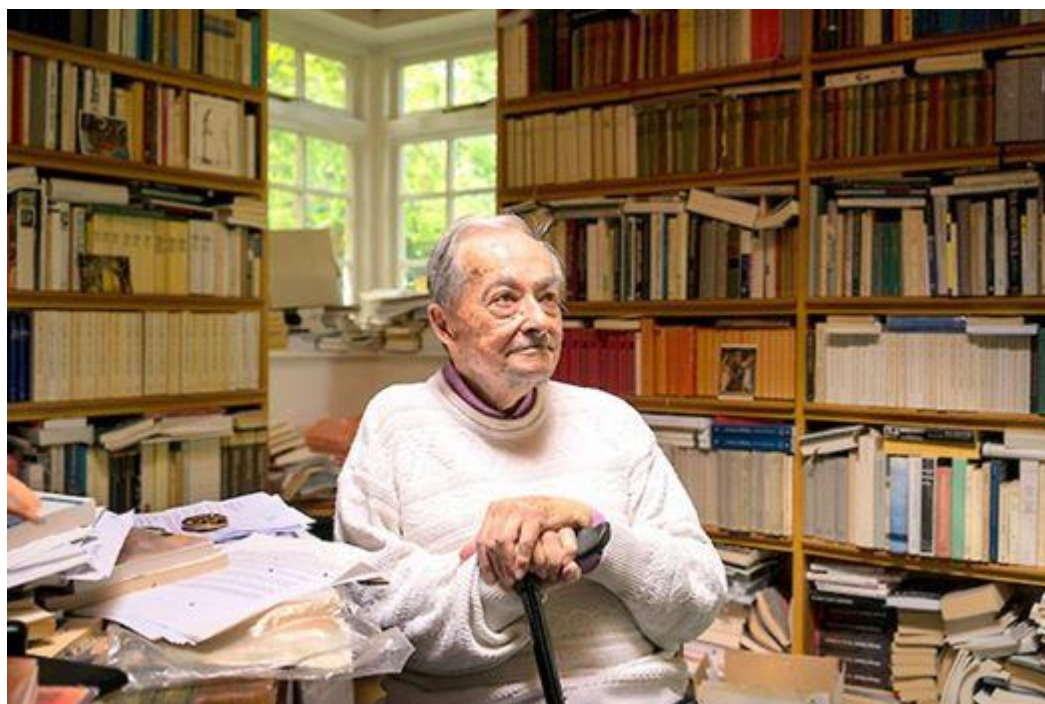


ועוד משהו על ספרות, כי גם הספרות היא סוג של חזית

"אם הספר שאנו קוראים בו אינו מעורר אותנו, כמו במכת אגרוף על הגולגולת, למה אם כן אנו קוראים בו? כדי שהוא יגרום לנו להיות מאושרים? אלוהים הטוב, אנו היינו מאושרים גם אם לא היו לנו ספרים, וספרים כאלו שגורמים לנו להיות מאושרים יכולנו, אם היה בכך צורך, לכתוב בעצמנו.

אבל מה שאנו חייבים שיהיו לנו אלו הספרים שנחתים עלינו כגורל רע, ומדכאים אותנו, ספר חייב להיות גרזן שובר קרח שישבור את הים הקפוא שבתוכנו. עמוקות, כמו מותו של מישהו שאנו אוהבים יותר מאת עצמנו, כמו התאבדות". (ג'ורג' סטיינר בעקבות מכתב שכתב פרנץ קפקא בגיל 20)

בצילום: ג'ורג' סטיינר יהודי מסוג אחר



דודו פלמה

הפישפשוק חוזר

הפישפשוק חוזר... אבל קצת אחרת.

בכל יום שישי בין השעות; 11:00 – 13:00

ליד הצריף-סדנה של רג'י,

מכירת גראז'- סיייל של בגדים צעצועים וכלי בית.

כל ההכנסות יוקדש לתחזוקת הצריף הזקן.

ממול, על רחבת רצפת חדר האוכל הישן

יריד אומנים ואוכל מקומיים.

כל מי שרוצה להשתתף, להקים דוכן,

מתבקש להתקשר לרג'י.





ימי הולדת

6.10 איתמר לוי
יותם לוי

17.10 אבנר מרום
ליבי דוידסקו
נווה שמואלי

18.10 עדי בוסקילה
לי טנא
אביגיל זקן
גבריאל זקן

19.10 אסי רוז
אוסנת ארצי
גלית שמואל

21.10 ריצ'רד קונריקוס
מעין וויאט
צור ארי נאי

22.10 סול פנינה איילון

לא רואים ממטר / מאת רפי פרנק. מאתר : SHVOONG

כל מי שחווה את הישראמן כצופה מהצד יודע שהסיפורים הגדולים של התחרות המפרכת בארץ לא מגיעים רק מכיוונם של המנצחים, ושבעצם מאחורי כל ספורטאי שחוצה את קו הסיום מסתתר סיפור מרשים, על אחת כמה וכמה כשמדובר בספורטאים עם מוגבלויות.



רפי פרנק וגדעון פלד פעילים לקידום ספורט עיוורים | צילום: באדיבות רפי פרנק

מורשת של אנשי ברזל

במשך לא מעט שנים **חי גיטה ז"ל** היה אחד הסמלים של הישראמן. הוא היה ספורטאי עיוור שהשתתף כמעט במשך כל העשור האחרון במרוץ למרחק חצי איש ברזל והיווה השראה לכל בעלי המוגבלויות. למרבה הצער, גיטה נהרג בתאונת דרכים בדרכו חזרה צפונה מהספורטיאדה באילת 2018. אבל גיטה ז"ל השאיר אחריו מורשת שגרמה לאנשים אחרים להרים את הכפפה וליצור קבוצת שליחים שעוד לא ראינו בישראמן – קבוצה של עיוורים שתשתתף בתחרות השלושות למרחק המלא.

הקבוצה הזאת תורכב מראובן ברון שישחה 3.8 ק"מ, סולטן הייב שירכוב 180 קילומטרים ושני רצים שיחלקו במרתון וירוצו כל אחד 21.1 ק"מ – אודי הליזן וגרציה בן מויאל. אליהם יצטרפו שלושה מלווים: מני סמרדי שישחה וירוך, רפי פרנק שיזם את הקמת הקבוצה שירכוב וגדעון פלד שירוך. כל המשתתפים משתייכים לקבוצות שונות שמשלבות ספורטאים עם מוגבלויות, יחד עם כאלה שלא. כמו קבוצת הרימה "קשר עין", קבוצת הרכיבה "כן ולא" ו"עיניים לשניים", וקבוצת הטריאתלון "TRI WE CAN"

"השמיים הם הגבול"

המשותף לכל העיוורים בקבוצה הוא שהמוגבלות שלהם היא תוצאה של מחלה, כמו למשל **ראובן ברון** בן ה-71 עליו **כתבנו כאן** לפני כשנה וחצי לאחר שבגיל 70 רץ מרתון לראשונה בחייו ואת הטריאתלון הוא גילה עוד לפני שאיבד לגמרי את ראייתו. הראייה שלו הידרדרה באופן הדרגתי מכיתה ג' ועד גיל 60 אז נותר עם אחוז ראייה אחד בלבד. "אני רוצה להוכיח לעצמי, למשפחה, לחברים ולחברה שאפשר להתגבר על תנאי פתיחה מאוד ירודים ותוך מאמץ מתמיד אפשר להגיע להישגים מכובדים. אם רוצים, השמיים הם הגבול", אומר ברון שבאופן כללי הוא פעיל בכל ענפי הספורט של הטריאתלון אבל הפעם בחר בשחייה של 3.8 ק"מ.

לצדו של ברון ישחה **מני סמרדי** (שגם ירוץ), אחד ממנהליה של קבוצת קשר עין שמתאמנת בהדר יוסף בתל אביב ומשלבת בין רצים עיוורים לרצים רואים. "קהילת העיוורים וכבדי הראייה היא חלק אינטגרלי מחיי, אני גאה להשתייך לקבוצות הספורט שלהם ומנסה לנצל כל הזדמנות כדי להגדיל את החשיפה והמודעות של אוכלוסיית העיוורים בישראל. אני בטוח שתחרות הישראלית היא במה אדירה להמשיך ולהגדיל את החשיפה של הספורטאים העיוורים שהם אות ומופת ומהווים השראה לרבים."



העיוורון והגיל לא עוצרים אותו, להפך. ראובן ברון | צילום: באדיבות ראובן ברון

"היה לי קשה לראות אחרים סובלים"

את הקטע הארוך ביותר של המרוץ, הרכיבה המפרכת של 180 ק"מ בהרי אילת, יחלקו **סולטן הייב** מטובט זנגריה ורפי פרנק מכפר הנשיא. סולטן בן 48, נולד עם מחלת גלוקומה בעיניים וראייתו החלה להדרדר בשנות העשרים לחייו. "עברתי טיפולים ומספר לא קטן של ניתוחים והשתלות. ידעתי שאאבד את הראייה, תחילה בעין אחת ואחרי כך בשנייה, אבל זה לא יאש אותי והחלטתי להמשיך את החיים כרגיל. הקמתי משפחה עם ילדים, יצאתי לטיולים והבן שלי בקרוב מסיים את השירות הצבאי. ב-2003 איבדתי את הראייה בעין שמאל ושנתיים לאחר מכן בעין ימין. המשכתי את החיים. ב-2015 שמעתי על הקמה של קבוצת הרכיבה 'עיניים לשניים' אצלנו בגליל. הצטרפתי לרכיבה הראשונה והיה לי בטחון עצמי שזה יתאים לי. היתה לי מוטיבציה להגיע לתחרויות גדולות כדי להוות דוגמה לאנשים עם מוגבלויות."

יחד איתו ירכוב על אופני הטנדם **רפי פרנק** שיזם את הקמת הקבוצה ומשתתף באופן קבוע בתחרות השלוש של הישראמן מ-2011, למרות שבשנה שעברה החליט לחרוג ממנהגו לכבוד יום הולדתו ה-60 ולהשלים לבדו את המסלול של חצי המרחק. "תמיד היתה לי חולשה לאחר והיה לי קשה לראות אחרים סובלים", מספר פרנק, "לפני 21 שנה נולדה לי אחיינית מתוקה ויפה בשם אורי שאובחנה עם תסמונת רט. התחלתי לחקור איך ניתן לרכוב אתה בשטח וככה הגעתי למוטי רגב שהוא בעל ניסיון בפיתוח פתרונות לשילוב בעלי מוגבלויות בספורט. אחרי שרכבתי כמה פעמים עם 'כן ולא צפון' החלטתי להקים קבוצה קצת אחרת בגליל העליון והגולן. מעבר לרכיבה של עיוורים ובעלי ראייה יש בה ייצוג של רוכבים מוסלמים, יהודים, דרוזים, דתיים וחילוניים, ובעלי גישות פוליטיות מגוונות. אבל המשותף לכולם יהיו מספר ערכי בסיס. הראשון הוא כבוד האדם ולידו קבלת האחר באשר הוא או היא. עד היום הרכיבות המשותפות הן כלי לבניית היחסים האישיים וחזיון הקבוצה."



ישתתפו בחלק הארוך ביותר של המרוץ. סולטן הייב (משמאל) עם רפי פרנק (מימין) | צילום: באדיבות רפי פרנק

"להתמודד עם שינוי כל כך קיצוני בחיים"

גם **אודי הליזן** בן ה-34

שיהיה אחד משני הרצים העיוורים נולד כרואה ונאלץ להתמודד עם הידרדרות בראייה פתאום באמצע החיים הבוגרים, כעת הוא גם יצטרך להתמודד עם ריצה לא קלה בכלל בירידה, מהרי אילת ועד לחוף. גם מבחינתו, הספורט היה הכלי הטוב ביותר להתמודד

עם שינוי כל כך קיצוני בחיים. "ההבנה שהחיים נכנסים למסלול אחר לגמרי לא חלחלה בי לגמרי, ואפשר לומר שבמשך שנה שנתיים הייתי בפסק זמן מהחיים, ובהרבה מובנים התחלתי מאפס. שמעתי לפני כמעט 4 שנים על קבוצת ריצה של עיוורים ורואים, מאוד הסתקרנתי לדעת איך זה עובד ואם זה יכול להתאים לי. לאחר זמן קצר ידעתי שהגעתי למקום הנכון. אני יודע שהחיים שלי הרבה יותר טובים ומלאים היום בזכות הקבוצות האלו והאנשים שמרכיבים אותם. זה לא מובן מאליו. זה דורש השקעה, מאמצים, זמן, כסף, חשיפה ועוד. חשוב לי באופן אישי להגביר את החשיפה של הקבוצות וגם את המודעות לאוכלוסיית העיוורים וכבדי הראייה בישראל. אני תמיד שמח להירתם למאמץ, ואני חושב שהישראלן זו הזדמנות מצוינת להגשים את השאיפות שלנו בחשיפה והעלאת מודעות."

גרציה בן מויאל בת ה-61 נולדה עם מחלה גנטית שנקראת: "RP המחלה לא עצרה אתי, במשך השנים דאגתי להשתלב בחברה ולהתפרנס בכל מיני עבודות. התחלתי את הספורט שלי ברכיבה על אופני טנדם והתאהבתי. משם נפתחו לי הרבה דלתות. למדתי לרוץ, לטפס על הרים וסלעים בארץ ובעולם. עשיתי פעמיים את שביל ישראל מן ועד אילת. היום אני גם שוחה, רצה, מטיילת, מטפסת ומשתתפת בטריאתלונים". **גדעון פלד** שילווה אותה מוסיף: "רפי פרנק ואני חברים שנים. לפני שנתיים רפי הציע שנשתתף בחצי איש ברזל יחד. הוא ישחה וירכוב ואני ארוץ. היתה לנו חוויה מדהימה, ומאז אנחנו חולמים יחד על הקמת קבוצה משולבת לישראלן המשלבת אנשים עם ליקויי ראייה. עבורי זה יהיה אתגר שהוא מעבר לכל אתגר אחר שעשיתי עד כה."

אז כל מה שנותר כעת לחבורה המופלאה הזאת הוא לצלוח את אתגר הקורונה, לא לתת לו להפריע יותר מדי לאימונים ולהכנות מאחר וגם ככה הם מורכבים. אבל צריך לזכור שהאנשים האלה מתמודדים עם אתגרים גדולים כל יום, וכשתעמדו על קו הזינוק של הישראלן ובמיוחד על קו הסיום – אל תשכחו את האנשים שמרכיבים את הסיפורים הגדולים באמת של התחרות הזאת.

כתב: רפי פרנק. הכין את הכתבה לאתר: דני בורשבסקי - כתב של SHVOONG

**זה גדול להיות גדול, אבל זה עוד יותר גדול
להיות אנושי.**

וויל רוג'רס -



/שושנה שרקי

משולחן העורכת



הַאֲנוּשׁוֹת כְּאֲנוּשׁוֹת
תַּתְּגַבֵּר וּתְנַצֵּחַ
כְּמוֹ שֶׁעֲשִׂתָּה זֹאת
אֵין סֵפֶר פְּעָמִים
בְּעֵבֶר הַרְחֹק וְהַקְּרוֹב

כִּמָּה הַחֲבֵרָה מֵהוּתִית
וְכִמָּה הַבְּדִידוּת נוֹרְאִית
וְכִמָּה אָדָם בּוֹדֵד
זָקוּק לֵיד מוֹשָׁטָת
שֶׁתּוֹצִיא אוֹתוֹ מִהִבְדּוּד

וְאִיךָ יָכוֹל לִהְיוֹת
שֶׁשִּׁכַּחְנוּ אֶת כָּל
הַדְּבָרִים הָאֵלּוּ
עַד שֶׁהִגִּיעַ וִירוּס קִטְנָטָן
שֶׁמִּתְפַּשֵּׁט דּוֹקָא בִּקְרִי
וְהַזְכִּיר לָנוּ כִּמָּה
נוֹרָא הוּא הַקָּר הַאֲנוּשִׁי
וְכִמָּה, הוּ כִּמָּה
נִהְדָּר הוּא
הַחֵם הַאֲנוּשִׁי

אֲבָל אֲנַחְנוּ כְּפָרְטִים
צָרִיכִים לַחֲרֹט
עַל לוֹחַ לִבֵּנוּ
אֶת אֲשֶׁר הִזְכִּיר לָנוּ
וִירוּס קִטְנָטָן אֶחָד

כִּמָּה נְדִירָה הָאֲחִנָּה
בֵּין בְּנֵי אָדָם
וְכִמָּה אָנוּ מְנוֹתָרִים
עֲלֵיהָ בְּקִלּוֹת

כִּמָּה אָנוּ זָקוּקִים
לַחֵם וּמִגָּע אֲנוּשִׁי
כְּמוֹ אֲוִיר לְנִשְׁמָה
וְכִמָּה פְּעָמִים הַעֲדָכְנוּ
מִחֲנֹק עַל חֲמָצוֹן רִגְשִׁי

אהרון בס

