



עיתון גימלאי כפר-סבא

גימלאי



גליון מס' 60, תשרי - חשון תשע"ד, ספטמבר-אוקטובר 2013

העמותה למען הקשיש כפר-סבא, בשיתוף עיריית כפר-סבא - המחלקה לטיפול באוכלוסיה המבוגרת

דבר העורך

גמלאים יקרים, שמי יוסי צרויה. פעלתי בשירות המדינה במשך 43 שנים וכיום אני גימלאי ומתנדב במסגרות שונות. נענית לבקשת "העמותה למען הקשיש" למלא, בהתנדבות, את תפקיד העורך הראשי של "גימלתון". מטרת העיתון היא לשרת את האוכלוסייה המבוגרת בכפר-סבא. בכוונתי לעשות כל מאמץ כדי לקדם את "גימלתון" ולכסות עניינים הנוגעים לגימלאים: מצבם החברתי והכלכלי של הגימלאים, הקשישים וניצולי השואה; חקיקה וזכויות הנוגעות לגימלאים; כיסוי נושאי בריאות וסיעוד; תרבות הפנאי - כולל פעילות התנדבות למען הכלל; סיפורי חיים ומעשים ראויים לציון של גימלאים; מורשת של גימלאים שראוי להנחילה לדורות הבאים ועוד. לא נוכל לכסות כל נושא ובוודאי שלא נוכל תמיד להעמיק בדברים. נשתדל לשקף בדפי העיתון את מגוון הקבוצות המרכיבות את ציבור הגימלאים: ניתן במה לכל שבטי ישראל, וכן לאלה שרמת חייהם טובה ולאלה שמתקשים "לגמור את החודש". גם נציגי הרשויות מוזמנים להציג את עשייתם למען הציבור, ובמיוחד למען האוכלוסייה המבוגרת. אנו נתרע על ליקויים, נפעל להעלאתם לסדר היום הציבורי ולהגברת המודעות לזכויות האוכלוסייה המבוגרת ולרווחתה. נעשה ככל שנוכל כדי שהדברים יהיו מדויקים, מעניינים ומועילים. כל השינויים המבניים והתוכניים ייעשו בהדרגה. אני קורא לכל מי שניחן בכישרון כתיבה להצטרף לצוות "גימלתון", ככתבים קבועים או מזדמנים. גימלאים רבים הם בעלי ניסיון מקצועי בתחומים הנוגעים לגימלאים ונשמח אם הם יירתמו לסייע לנו על-ידי הכנת כתבות, שיש בהן עניין ותועלת לציבור הקוראים שלנו. ולבסוף, אני מרגיש חובה - בשמי, בשם העמותה למען הקשיש ובשם כל אנשי המערכת של "גימלתון" להודות לקודמי בתפקיד, מר ישראל אפרתי, על ששימש שנים רבות כעורך של העיתון ובכך שירת במסירות את ציבור הגימלאים. אנו מאחלים לו בריאות טובה ונחת בכל אשר יפנה.

בברכה
יוסי צרויה
עורך

ברכת ראש העיר לרגל הוצאת הגיליון ה-60

אצות "גימלתון", עיגון גימלאי כפר סבא, מצא טוב אכל הוצאת הגיליון ה-60
המשיכו אכסו בהצלחה את עולם הגימלאים בעיר, אזורד השלמות החיי החברה והגברות ולהנעת גימלאים אהגרה אמטן הכא.

שאכמ
יהודה בן חמו
ראש העיר

ברכת יו"ר העמותה לרגל הוצאת הגיליון ה-60

אני מבקש את העורך החדש של "גימלתון", יוסי צרויה, ואני מבקש המערכת אכל הוצאת הגיליון ה-60. גודה גם לעורך היוצא, ישנא אפרתי, על גיומא עיגון המשך שנים. אני מקווה אהמשך שיגוף הפעולה בין העמותה ואנף הכוונה בעירייה אפין "גימלתון", אמטן הגימלאים והאוכלוסייה המבוגרת.

דוד כצניק



פרץ ויינרייך

עורך ראשי: יוסי צרויה ■ חברי המערכת: דוד אלדר, שפרה אנטמן, ברוך בר-סלע, יהודה זיסמן, יוסי לוי, פנינה מלך, יצי רוז, רות שמאי, המו"ל: העמותה למען הקשיש - כפר-סבא ■ רכזות המערכת: נאוה סלומון, זהבה באום, מורן שפיר ■ כתובת המערכת: תל-חי 4, כפר-סבא, טל: 09-7676452, פקס: 09-7666997 ■ קריקטורות: פרץ ויינרייך ■ עיצוב גרפי ודפוס: זיגוג הפקות בע"מ 09-7495959

**במקום לקנות
כצאי אציש!**



מרפדיה משפחתית של מושבניקים מכפר אז"ר

בעלת מסורת של דורות בשיחזור ובחידוש רהיטים
יכולה לעשות עבורכם את כל החידוש כולל החלפת
ספוגים, בד, תיקוני עץ וצביעה.

**נציג החברה יגיע לבית הלקוח ללא
התחייבות, עם הצעות ועם מבחר גדול
של בדי ריפוד ו/או עורות**

ליפסון מעצבים כפר אז"ר
טל. 03-5353876, אברהם: 057-7750579

הטייס ששרד והקים את עמותת נגישות ישראל

ברוך בר סלע



יו"ר העמותה - בהתנדבות - הוא יובל וגנר והמטה שלה נמצא במרכז "שרונה". העמותה ממומנת מתרומות ומחזיקה צוות של כ-20 עובדים העושים להגשמת מטרותיה. העמותה נעזרת במתנדבים המכינים כתבות לאתר, אוספים תרומות ויוצאים לשטח לבדוק את נושא הנגישות. בן-שיחי חזר והדגיש במהלך השיחה ש"אם אנו חיים עם מוגבלויות, זכותנו לחיות בשוויון ובנגישות ככל אדם אחר". נפרדתי מיובל היושב בכיסא גלגלים, אדם המהווה דוגמה ומופת לנחישות ולדבקות במטרה והוכחה לניצחון הרוח על הגוף. לא בכדי זכו יובל והעמותה לאותות הוקרה רבים, ביניהם "אות הנשיא למתנדב", פרסים מטעם גופים, קרנות ועיתונים ופרס מועדון העסקים "כנפי הזהב" למיזם חברתי. "גימלתון" משמש במה לגמלאים ולבני הגיל השלישי ואלה יכולים רק להתברך באדם כמו יובל. מי ייתן וחברתנו תדע לסייע לנכים ותאפשר להם להשתלב בחברה ולחיות בכבוד, בשוויון ובעצמאות מירבית. כי גם ביחס לבעלי מוגבלות, השמיים הם הגבול, אם רק תהיה להם נגישות.

החצב פורח בסוף הקיץ ומבשר את בוא

הסתיו. שמו של החצב בא לו על שום שורשיו הארוכים החוצבים את דרכם בקרקע. לכן נהוג היה להפריד בין חלקות שדה על-ידי חצבים. ייתכן הסבר נוסף: חצב הוא אחד השמות של כד צורת הבצל של החצב מזכירה כד.



כ-15% מאוכלוסיית העולם הם בעלי מוגבלויות. לפי נתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, יש בישראל כ-1.45 מיליון בעלי מוגבלויות פיזיות ונפשיות (קושי בתנועה, ראייה, שמיעה, בעיות קוגניטיביות ועוד). אנשים הופכים לבעלי מוגבלות כתוצאה מתאונות ומחלות ויש מי שנולד עם מוגבלות או נעשה מוגבל בזקנתו. "הרציונל" של העמותה הוא שאיש אינו רוצה לחיות עם מוגבלות ולכן היא מקדמת נגישות כדי שהכל יוכלו לחיות חיים נורמליים - לעבוד, ללמוד, לבלות, לקנות ועוד. "החלטנו שאנו נשנה את המציאות הבלתי נסבלת הזו" אומר יובל "ונאפשר חיים נורמליים לבעלי נכויות ומוגבלויות". לצורך השגת המטרה פועלת העמותה כדי לשכנע רשויות, בעלי-עסקים ומוסדות ציבור שיותר נגישות תאפשר ליותר אנשים להגיע למקומות עבודה, למוסדות ולעסקים, והנגישות אינה רק אינטרס של בעלי המוגבלויות. העמותה גם משמשת כגוף המייצג לארגונים גדולים, משרדי ממשלה ומוסדות-חינוך כיצד לקדם את הנגישות. העמותה פועלת במרץ בתחום ההסברה לצורך הגברת המודעות לצרכים של בעלי מוגבלויות. היא קידמה ומקדמת חקיקה ("חוק שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות, התשנ"ח - 1998") ותקנות בהתאם, מקיימת פעילות חינוכית שמטרתה לסלק סטיגמות ולחנך את דור העתיד לכבד את השונה והמוגבל, מטפלת בתלונות ומקדמת פיתוח של טכנולוגיות לשיפור הנגישות לעמותה יש אתר אינטרנט ("נגישות ישראל") שמטרתו לסייע לבעלי מוגבלויות על-ידי העברת מידע העשוי לשפר את איכות חייהם.

ב-18 במרץ 1987, ביום שמש חורפי, אירעה תאונה למסוק "קובר" של חיל האוויר, שטס מבסיס פלמחים דרך בקעת-הירדן לכיוון צפון. ליד "עמק המעינות" (עמק בית-שאן) החל המסוק לרעוד בצורה פראית ושניות אחר-כך התרסק בתוך פרדס ליד קיבוץ מסילות. בתאונה נהרג מפקד הטייסת הנערץ סא"ל ציון בר-אור. הטייס הצעיר, סגן יובל וגנר, שהיה בטיסת אימונים ומבחן, מצא את עצמו על הקרקע לאחר נפילה מגובה של 400 רגל. הוא לא ראה דבר כי הובץ כיסה את עיניו. הוא התקשה לנשום כי צווארו נשבר. מאז הוא הפך למשותק מהצוואר ומטה. לאחר התאונה החל פרק השיקום בתל-השומר, שבמהלכו נאלץ יובל ללמוד לתפקד במצב החדש. חודשים ארוכים חלפו עד אשר למד להתיישב על כיסא גלגלים, לכתוב, לאכול ולהתלבש. בשלב קשה זה, התגלה חיל האוויר בגדולתו. החייל, ההורים והחברים בטייסת בנו סביב יובל מעגלי תמיכה, שלא נתנו לו להישבר. בעקבות השיקום, יובל חזר לתפקד בהדרגה, רכש מקצוע חדש כתכניתן ונוכח לדעת ש"לאנשים יש כוח והשמיים הם הגבול". הוא המשיך לשרת בחיל-האוויר והגיע לדרגת סא"ל. יובל התחתן לאחר הפציעה ומשנולדו ילדיו, הוא ביקש להיות אב פעיל. אבל הוא התקשה לממש זאת בגלל קשיי נגישות שמנעו ממנו לעשות דברים שאהב, כמו הליכה לשפת הים, לטייל ולהגיע למקומות נוספים. הגבלות אלה נראו ליובל בלתי הגיוניות ובלתי סבירות. "האסימון נפל לי" אומר יובל, שהחליט שמה שהיה נכון בימי ילדותו, כאשר גדל עם אב נכה צה"ל שלא ליווה אותו לטיולים, בשל נכותו, חייב להשתנות. "לאנשים עם מוגבלויות יש זכות לשוויון ולעצמאות כמו כל אדם אחר". יובל שיגר מכתב לנשיא דאז, עזר וייצמן, ואמר שבצבא מחנכים לאהבת הארץ אבל אם חייל נפצע הוא נדון למעצר בית, בנוסף לסבל של הפציעה. הוא אינו יכול לחנך את ילדיו לאהבת מולדת משום שישראל לא נגישה לנכים. הוא הוסיף שנושא הנגישות הוא נושא שראוי שבית הנשיא יפעל לקידומו. תוך זמן קצר, הנשיא יצר קשר עם יובל, "פקד" עליו להקים עמותת נגישות והבטיח שטקס ההקמה יהיה בבית הנשיא. "אנו נעזור לך!" הוסיף הנשיא. העמותה הוקמה בשנת 1999 והושקה רשמית בבית הנשיא בקיץ 2000. יובל קיבל אישור, במקביל לשירותו הצבאי, לעסוק בנושא חברתי חשוב זה. על-פי פרויקט של האו"ם (ENABLE) המקדם שוויון זכויות לבעלי מוגבלויות,

הפנים היפות של העיר

שיחה עם סימה בן-שמואל על ההתנדבות

יוסי צרויה



וקייטנות קייץ; ליווי חוג רכיבה על אופניים; אספקת מוצרים שונים (טיטולים, ביגוד, ריהוט, דברי מאפה ועוד); הענקת כרטיסי כניסה למועדוני ספורט; מתן ייעוץ בתחומים שונים ועוד. אגב, גם עובדות אגף הרווחה בעירייה משתלבות מידי שנה במאמץ הכללי ומקיימות יריד שכל הכנסותיו קודש לטובת נזקקים. לסיכום: כפר-סבא היא "עיר של מתנדבים" (כ-80 ארגונים ואלפי מתנדבים) ולא בכדי זכתה השנה ב"אות קהילה מתנדבת". המתנדבים הם בני גילאים שונים, כשהקבוצה הבולטת היא זו של בני +55. רובם ינקו את ערך ההתנדבות והנתינה בבית. לכל מתנדב - המניע שלו: יש מי שמבקש לממש את עצמו, יש מי שמתמלא אנרגיה חיובית ומאושר מעצם הנתינה ויש מי שפועל ממניע אישי עמוק-עמום. סימה לא שוקטת על השמרים. כדי לפתח הזדמנויות להתנדבות הוקם צוות לקידום נושא ההתנדבות ובעיקר לזהות אוכלוסיות חדשות וצרכים חדשים ולהגביר את הנגישות של מתנדבים אליהם. הצרכים רבים ויוזמות התנדבות חדשות תתקבלנה בברכה.

החצב והסתונית מלווים את בוא הסתיו והחורף. והסתונית פורחת לקראת החורף. **הסתונית** אצל חז"ל היתה שם של פרי ולא של פרח. משמעה המקורי של המילה סתיו הוא חורף וסתונית הן פירות של חורף המבשילים מאוחר. תחילה קראו לפרח בשם "חבצלת" ולאחר מכן, נדחק שם זה מפני השם המחודש סתונית.



ב-23 בספטמבר התקיים בפארק העירוני של כפר-סבא ערב הוקרה לארגוני המתנדבים בעיר, שהציגו את פעילותם בדוכנים נאים שהקימה העירייה. עירנו זכתה לאחרונה ב"אות קהילה מתנדבת" וזו הכרה ברמה הארצית בהצטיינותה של כפר-סבא בתחום ההתנדבות. "מועצת ארגוני המתנדבים" השתתפה בארגון האירוע וזכתה כבעבר לסיוע ולתמיכה של ראש העיר, המוקיר ומעודד את הארגונים בדרכים שונות.

הגעת ל"מחלקה למשאבי קהילה והתנדבות" בעירייה כדי לשמוע על הפעילות מפיה של ראש המחלקה, גב' סימה בן-שמואל. האחרונה פרסה בפני עולם ומלואו של עשייה למען הזולת ובמיוחד למען החלשים שבקרבו, הצביעה על ההישגים אך לא פסחה גם על הקשיים. סימה, ילידת כפר-סבא, ינקה את הגישה האנושית לחיים מהוריה: אביה - דב בן-שמואל, איש חינוך, ומאמה - ניצולת השואה. היא רכשה את השכלתה בארץ ובחו"ל ועסקה בתחילת דרכה במחקר לצד פרופ' שמעון ברגמן (מכון ברוקדייל), שהיה ממייסדי תחום הגרונטולוגיה בישראל.

סימה לא הסתפקה ברמה התיאורטית ופנתה לעבודת השטח, לחיים "האמיתיים". היא החלה את דרכה בעבודה סוציאלית, עברה דרך "העמותה למען הקשיש", המחלקה לטיפול באוכלוסייה המבוגרת ו"נחתה" לבסוף כראש "המחלקה למשאבי קהילה והתנדבות", תפקיד שאותו היא ממלאת עד היום. בתוקף תפקידה משמשת סימה כאחראית עסקים למען הקהילה וקשריה עם חברות, מפעלים ובעלי-עסקים באזור כפר-סבא ענפים. "המשימה העיקרית שלי היא לחבר בין ארגונים ואנשי עסקים שיש להם מה לתרום ולנדב לבין קבוצות ובודדים בעיר שזקוקים לכך", היא מתמצתת את מהות עיסוקה. היא צריכה לשכנע את אלה שהחיים האירו להם פנים, את ה"שבעים", את מי שנמצא לפעמים ב"בועה", להרים את הראש, לפתוח "חלון" ולשלוח מבט לעבר השכנים קשי-היום, שלא מצליחים להשתלב ולהתקדם וסובלים מחסמים בתחומים רבים. כמובן, היא חותרת לכך שהתמיכה בשכנים לא תתבטא רק במבט של השתתפות בצער או במלים - אלא גם במעשים ובנתינה ממש.

יש עבור מי לפעול ולמען מי להתנדב: ילדים מבתים קשיי יום וממשפחות מודרות שלא משולבות בחברה ונותרות בשוליים; בני-נוער בסיכון ונגמלים מסמים; מפרנסים-עובדים שלא מצליחים לפרוץ את קו-העוני (זהו קהל יעד חשוב) קשישים עריריים המשועים לתשומת לב ולתמיכה; תושבים שאינם מודעים

לזכויותיהם; בעלי צרכים מיוחדים; חולים ונכים ועוד. "יש הצלחות והרבה סיפוק" אומרת סימה ומוסיפה: "אבל יש גם אכזבות". לדבריה, תרבות הנתינה אינה מפותחת דייה בארץ וישראלים רבים שקועים בדאגה לעצמם ולשאלה "איך לא לצאת פראייר". הדבר מתבטא גם בשיעורי ההתנדבות הנמוכים בארץ בהשוואה לנתונים מקבילים בחו"ל. אבל סימה לא מתייאשת, חשוב לה להגביר את המודעות לנתינה ולהתנדבות, אפילו אם היא עצמה רק תזרע את הזרעים ולא תמיד תקצור את הפירות.

"כל עסק יכול לתת מעצמו באחד מהתחומים הבאים", אומרת סימה בפסקנות: "תרומה כספית, הון אנושי-מתנדבים, ייעוץ מהידע שלו, ציוד-חפצים ועוד". התרומה לזולת אינה נחלת בעלי-העסקים "הכבדים" בלבד. גורמים עסקיים, לא עשירים מופלגים, מפגינים נדיבות-לב ראויה להערכה. כך למשל, בעל חנות מכולת פנה וביקש לשלוח אליו נזקק שימלא את סלו בכל טוב לקראת החג - ללא תמורה.

המגע הראשון בין גופי המגזר העסקי, ובהם חברות ההיי-טק המתקדמות, לבין אלה הנזקקים להם עלול לפעמים לאכזב, עד כדי יצירת הלם. הפער התרבותי, כללי ההתנהגות, הערכים וההעדפות השונים, מזמנים לשני הצדדים גם הפתעות. אבל, יש חברות שעברו את שלב ההסתגלות ועושים למען הציבור, באופן קבוע או בפעילות אד-הוק.

עסקים רבים מודעים ליתרונות הערכיים והתדמיתיים של המעורבות החברתית ויש להם אפשרויות רבות לתרום: מימון מלגות, סיוע לכלכלה ולביטחון של קשישים; התנדבות ותרומה כספית למועדוניות; הכשרות מחשב; מימון חוגים, צהרונים

מה מדאיג את גימלאי ישראל?

להחמיר את הדאגות הכלכליות והבריאותיות של הקשישים בעתיד. לפי הנתונים, כ-34% מבני 65 ומעלה בישראל התקשו לגמור את החודש בשנת 2012 וזו עלייה של 17% לעומת השנה הקודמת (29%). כ-17% מבני 65 ומעלה בישראל חיים מתחת לקו העוני. לפי נתוני הלמ"ס לשנת 2011, כרבע מן הפנסיונרים בישראל הם חסרי מקורות הכנסה פרט לקצבת זקנה והשלמת הכנסה. מגזר בני 65 ומעלה מהווה כ-10% מהאוכלוסייה ומאחר שתוחלת החיים נמצאת בעלייה מתמדת - עשוי שיעור הפנסיונרים להגיע בשנת 2030 לכ-14%. לרובם לא יהיה די כסף להוציא על שירותים והמשמעות היא שהדרישה לשירותי רווחה תגדל. לכך השלכות כלכליות, חברתיות ופוליטיות משמעותיות.

של הנשאלים מהפעילות החברתית/קהילתית ביישוב שלהם. נמצא כי 11% מהמשיבים מרוצים במידה רבה מהפעילות החברתית/קהילתית המתקיימת ביישוב שלהם, כ-58% מרוצים במידה מסוימת, וכ-57% אינם מרוצים. ההבדל בשביעות הרצון קשור למידת ההשתתפות של הקשיש בפעילויות (אלה שמתפתחים בפעילות מרוצים יותר...). הקשישים שמתנדבים בקהילה גם משתתפים יותר בפעילות ומרוצים יותר. אלה שלא משתתפים בפעילות ולא מתנדבים הסבירו שהסיבה לכך היא המצב הבריאותי. אחרים השיבו פשוט שהם "לא מעוניינים" או שהם "מעדיפים לעשות דברים אחרים". נתונים שפורסמו לאחרונה (אשל-ג'וינט ישראל ואחרים, והלמ"ס) עלולים דווקא

במסגרת 2012 פורסם מחקר מטעם "מרכז הידע לחקר הזדקנות האוכלוסייה בישראל" והמשרד לאזרחים ותיקים בנושא "הדאגות של הקשישים בישראל". מסקנות החוקרים - עדי מאיר וענת רול - היו שדאגות הקשישים מתמקדות בעיקר בתחומי הבריאות ובדאגה מאובדן אדם קרוב: הדאגה השכיחה היא הדאגה מפני אובדן אדם קרוב (3/4 מהנשאלים). מיד אחריה מדורגות שתי דאגות המשויכות לתחום ההידרדרות הבריאותית: דאגה מקשיים ביכולות השמיעה, הראייה והתנועה, ודאגה מהידרדרות בריאותית. הדאגה הרביעית בשכיחותה היא הדאגה מנפילה והחמישית היא הדאגה מלהפוך להיות תלוי באחרים. שתייהן שייכות לתחום הבעיות התפקודיות. באותו מחקר נבדקה רמת שביעות הרצון

העולם המשתנה של האוכלוסייה המבוגרת - שיחה עם שוש דרימר

כתב: יוסי צרויה. השתתפו במפגש שפירה אנטמן ומוחן שפיר

ביטוח-לאומי (עוד) ובאמצעי תקשורת המגיעים לתושבי העיר. אכן, המודעות לקיומה של המחלקה גוברת והפניות אליה נעשות במישרין ואפילו דרך מוקד העירייה. ולשם הסרת ספק - הסביבה אינה אדישה לזקנים ויש עירונות למצוקת הזולת" לשאלה האם תופעת ההזנחה וההתעללות בקשישים נפוצה משיבה שוש כי במחקר שנעשה לפני שנים אחדות נמצא כי כמעט אחד מכל חמישה-שישה קשישים סבל מהתעללות. אומנם, ההגדרה של "התעללות" קובעת במידה רבה את מימדי התופעה (רק אלימות פיזית או גם אלימות מילולית, ניצול כספי ועוד). מספר התלונות בוודאי אינו משקף את החומרה שלה. תשומת לב מיוחדת מופנית גם לנושא הבטחת ארוחה לקשישים הנתונים במצוקה כלכלית ובכך עוסקים מספר גופים בעיר, המספקים ארוחות במחיר סמלי. המחלקה גם מסייעת לקשישים לממש את זכויותיהם במסגרת "חוק הסיעוד". בניגוד לשנים עברו, ההיענות לתביעות טובה יותר וגם הבדיקה לגבי הזכאות, שהיתה משפילה בעבר, נעשית כיום תוך גילוי יותר רגישות לכבוד הקשיש.

קיים שיתוף-פעולה בין "גימלתון" לבין המחלקה שבראשה עומדת שוש דרימר. לדבריה, "גימלתון" מסייע בשמירה על האינטרסים של האוכלוסייה המבוגרת ולפרסום הפעילות שנועדה להיטיב עימה. יצאנו מהפגישה מעודדים לא רק מהפעילות הענפה בעיר למען האוכלוסייה המבוגרת אלא גם מכך שהנושא נמצא בידיים טובות.

(לשם כך נערכת סדנא מיוחדת). הצרכים של האוכלוסייה של בני 60+ השתנו. "אדם בן 90 היום הוא הקשיש בן 70 של פעם". מדובר באוכלוסייה משכילה, שיש בקרבה כאלה הרוצים לתרום ולעבוד, לצרוך שירותים ולמלא בתוכן משמעותי את שעות הפנאי. על יחידות הרווחה לתת מענה לדרשות אלה ובהקשר זה קיים שיתוף-פעולה עם גופים נוספים (כמו אש"ל-ג'וינט ואחרים). אכן, חלק מהגימלאים / קשישים נקלטים בעבודה, במתן שירות ללקוחות למשל, ומשתלבים בעסקים קטנים. הם נמצלים את ניסיונם הרב ותכונות המאפיינות את האדם המבוגר - סבלנות, דרך-ארץ, יכולת שכנוע ועוד - ומצליחים בעיסוקיהם.

בכפר-סבא, הרשות המקומית משקיעה רבות באוכלוסייה המבוגרת וזו מצידה תורמת לחיים בעיר תרומה נכבדה. הערך של כיבוד אב ואם מונחל לכל. בעיר - באזורים הוותיקים, החדשים ובשכונות, חיה אוכלוסייה מבוגרת איכותית ובעלת יכולות. שיעור ההתנדבות בקרבה גדול והם תרמו תרומה נכבדה לכך שכפר-סבא זכתה באות "קהילה מתנדבת".

"איננו טובעים רק במצוקות קיימות. אנחנו עוסקים רבות בזיהוי מראש של בעיות, במניעה ובתוכניות העשרה. מועדונים לקשישים וארגון חוגים תורמים רבות לנפשו של הקשיש ואם הוא מרוצה יותר - הוא גם בריא יותר. איננו מחכים שהקשיש יגיע אלינו ושמיע את השירותים שראוי להעניק לקשיש לזהות את השירותים שראוי להעניק לקשיש ועושים פעילות "שיווק" במקומות שבהם שוהים קשישים (מרפאות, בית-חולים,

עולמה של האוכלוסייה המבוגרת משנה את פניו ובהתאם - משתנים גם בעיותיו וצרכיו. להגל חודש הזקן הבינ"ל (בכפר-סבא - חודש ההצדעה לאוכלוסייה המבוגרת), פגשנו את גב' שוש דרימר, ראש המחלקה המטפלת באוכלוסייה זו בעירייה, ולמדנו מפיה על התמורות ועל הפעילות בתחום חשוב זה. שוש, חיפאית לשעבר שחיה בכפר-סבא כעשרים שנה, הינה בעלת תואר שני בתחום העבודה הסוציאלית. במהלך הקריירה שלה היא עסקה במגוון תחומים אך "התאהבה" במיוחד בתחום הזיקנה. לפני קרוב לשנתיים, היא מונתה למנהלת המחלקה המטפלת באוכלוסייה המבוגרת. "תוחלת החיים עולה ונושא האוכלוסייה המבוגרת יעסיק אותנו רבות בעתיד", קובעת שוש ומוסיפה: "בפלח זה יידרשו לעסוק רבים: משרדי המשלה השונים ובמיוחד קובעי המדיניות בתחום הרווחה, גופי השלטון המקומי, בניהם ובנותיהם של הקשישים ונוספים".

קשישים שעבדו כל חייהם נקלעים למצוקה כלכלית והעתיד אינו מבשר טובות, כי לפי ההערכות כיום, המקורות שמהם משולמות הפנסיות יתקשו לעמוד בנטל. הטיפול בפלח ההולך וגדל של אוכלוסייה זו יחייב השקעת משאבים רבים. המדינה מסייעת לקשישים ולחולים אבל האחריות אינה מוטלת רק עליה ונשאלת השאלה מי הוא "המטפל העיקרי" בקשיש. האם אלה הם בני הזוג, הילדים או אולי הנכדים? ולמטפל העיקרי עצמו יש קשיים בגין הטיפול בקשיש: היעדרות מעבודה, שחיקה, תסכול ועוד. יחידות הרווחה חייבות לתת את הדעת גם למטפל העיקרי, לסייע לו ולהדריכו

●●●● zigzag הפקות

● עיצוב גרפי ● דפוס ● קידום עסקים



החיבור בין עיצוב לדפוס



ביצוע כל עבודות העיצוב והדפוס תחת קורת גג אחת!



- עריכה גרפית ממוחשבת
- ניירת משרדית
- בלוקים ומעטפות
- הזמנות לאירועים
- פליירים
- כרטיסי ביקור
- מגנטים
- פוסטרים
- שלטים
- שמשוניות
- רולאפים

**הצעת
המחיר
המשתלמת
ביותר**

054-4500058 ,09-7495959

■ **mail: zigzag1@gmail.com** ■

חנוכה במרוקו



כמותם. ייתכן שמדובר במנהג מקומי, שלו ייחסו סגולות של ברכה, שאומץ על-ידי היהודים.



הודלקו בנוכחות כל בני המשפחה ובכל קהילה נהגו לשיר פיוטים מיוחדים לחג. בחג נהגו לתת מתנות לנזקקים וגם אלמנות וזקנות לא הוזנחו. במהלך החג נערים מקרב הקהילה הגיעו לבתיהן, הדליקו את הנרות וברכו את הברכות. במהלך ימי החג הוכנו סופגניות מרוקאיות (ספינג'), שנאכלו לאחר שהוטבלו באבקת סוכר, חמאה ודבש, יחד עם כוס תה מרוקאי. בקהילות רבות הוגש קוסקוס מרוקאי עם עוף. ביום השמיני של החג נאספו הפתילים והשמנים שנותרו והם הובערו במדורה. המנהג קשור באיסור על שימוש בדבר שהוקדש למצווה. הילדים היו קופצים על האש "המבורכת", מצד לצד. גם רווקות שיחלו לחתן ועקרות - לפרי בטן, נהגו

השנה יחול ערב חנוכה ב-28 בנובמבר. לצד המאפיינים המשותפים לכל העדות, התפתחו בחג זה מנהגים ייחודיים לכל עדה. במרוקו לא היה זה חג של הילדים ולא חילקו במהלכו דמי חנוכה (אלה כן ניתנו לילדים בפורים...). החג היה בעל גוון דתי בולט שבו צויין הנס בבית המקדש. בחנוכה לא דלקו נרות השעווה הנהוגים כיום אלא פתילים מכותנה או מבד הטבולים בשמן זית בתוך בתי-קיבול קטנים בחנוכה. החנוכה נבנו על-ידי פרחים או צורפים ממתכות שונות: נחושת, ארד, פח והמהודרות שבהן נבנו מכסף. בכפרים מרוחקים הוכנו חנוכה מחומרים פשוטים וזמינים. החנוכה נקבעו משמאל לפתח הבית מול המזוזה או בכניסה לחדר המגורים. החנוכה

מסלולן משפחתי



"קברות המכבים" מצוי מבנה אבן מקורה בכיפה אדומה, כנראה מהתקופה הביזנטית. במרכזו נמצא קבר שיח' אל-ערבווי ("השיח' המערבי"). כאמור, קיים ספק אם אלה הם "קברי החשמונאים", שכן צורת הקברים אופיינית יותר, לדעת הארכיאולוגים, לתקופה הרומית מאשר לתקופה ההלניסטית. כך או כך, האתר ראוי לביקור בגלל עושר השרידים הארכיאולוגיים במקום.



"קברות המכבים" ביער בן שמן

ברוך בר סלע

מנקודה זו, מידי שנה בחג החנוכה, את מרוץ הלפיד לירושלים. במתחם הוקמה גם אנדרטה בצורת 8 משולשים המסמלים להבות לזכר הנופלים במלחמת השחרור. המסורת מקבלת חיזוק גם מהכתוב בספר חשמונאים, פרק י"ג, שם נכתב: "וישלח שמעון לקחת עצמות אחיו, ויקבור אותם אל קברות אבותיו במודיעין...ויקם שמעון על קברות אבותיו ואחיו מצבה גדולה". בשנות השבעים של המאה ה-19 נחקר האתר על-ידי ארכיאולוגים מערביים. אחד מהם, הארכיאולוג הצרפתי שארל קלרמן-גאנו (1874) גרס כי זה היישוב מודיעים המופיע במפת מידבא, קרי עירם של החשמונאים (במפת מידבא כתוב ביוונית: "מודיעים", היום מודיעיתא ממנה יצאו המכבים). היום מזוהה מודיעין הקדומה עם "חירבת א-ראס" הנמצאת סמוך (מדרום) לכפר הערבי "אל-מידיה", ששמו בא למהשם העברי הקדום - מודיעים. מצפון לאתר המכונה

בשנים 167-160 לפנה"ס התחולל מרד בהנהגת מתתיהו החשמונאי ובניו נגד הממלכה הסלווקית שמרכזה בסוריה. לזכר הצלחת המרד, טיהור המקדש וחיידוש הפולחן הדתי נקבע במסורת היהודית חג החנוכה. בימי החג נבקר ב"קברות המכבים" (או "קברות החשמונאים"), אתר שיש מחלוקת לגבי זיהויו: האם אלה הם "קברות המכבים" כפי שגורסת המסורת? חשוב כמובן להנחיל לדורות הבאים את המסורת אך אין להתעלם מדברי ההסתייגות של ארכיאולוגים.

ביציאתכם מכפר סבא סעו על כביש 444 (או כביש 6) והתחברו עם כביש 443 המוביל לכיוון מזרח ולעיר מודיעין. נעבור את הפנייה למבוא מודיעים ונפנה לפי השילוט שמאלה אל "קברות המכבים" (סעו בזהירות!). נגיע לגבעה קטנה (239 מטר), שבה חצובים בסלע קברים הפונים ממערב למזרח. מדרום לקברים אלה חצובה מערה קבורה.

הקברים נקראו בפי ערביי המקום: "קבור אל יהוד" (קברי היהודים) ומערת הקברים - "קבר שולטן אל יהוד" (קבר מלך היהודים). שמות אלה רק חיזקו את המסורת שמדובר בקברי החשמונאים. בתחילת המאה ה-20 זוהו הקברים על-ידי מורים ותלמידי בתי-ספר שטיילו באזור כ"קברי החשמונאים" ומאז 1910 נהוג לעלות אליהם בימי החנוכה. משנת 1945 החלה תנועת "מכבי העולמית" לקיים

עולמם ההולך וצור של הולכי הרגל

מאלה, במקרים מסוימים, כמו פגיעה בקשישים ובילדים, יכול להיות קטלני. אולי הגיע הזמן שתקום רשות מוסמכת שתגן על הולכי הרגל מפני הסיכונים במדרכות? משטרה? פיקוח עירוני? מחוקקים?



וברצותם - הם דוהרים אחוזי-אמוק ככלי-רכב ממונעים. הולכי הרגל נאלצים להיות עירניים במיוחד כדי שלא ימצאו את עצמם שרועים על הרצפה, כואבים חבי-דמ. עם רדת החשיכה, הסכנה גדולה עוד יותר. "שליחי הפיצה" הדוהרים, שהם דגם ישראלי של ה"קמיקאז" היפני מבקשים בכל מחיר לעמוד בהבטחה לצרכנים ולהגיע עם הפיצה החמה תוך פרק הזמן המובטח. הם נוסעים על המדרכות, "טסים" ברחובות בניגוד לכיוון התנועה, מתעלמים מרמזורים ועוברים בחוסר סבלנות במעברי-חצייה, תוך סיכון הולכי הרגל. אם רוכב אופניים או קטנוען פוגע בהולך רגל או "משפשף" את גופו - הוא מביט בו כמי שמטיל את האשמה על הולך הרגל, ובמקרה הטוב - מסנן בין שפתיו "סליחה" מאולצת וממשיך הלאה. הסיכון

הולכי רגל, ובמיוחד קשישים ואימהות עם עגלות ילדים, שמים את נפשם בכפם כאשר הם יוצאים מהבית והולכים על המדרכה, בדרכם לקניות, לסידורים וסתם לצעידה קלה. על המרחב הצר, שהיה פעם מיועד בעיקר להם, מתחרים שותפים במספר הולך וגדל: בעלי עסקים הנוגסים במרחב הציבורי, מכוניות ואופנועים החונים על המדרכה, משאיות הפורקות סחורה, פיגומים של בתים בבנייה או בשיפוץ, פחי אשפה, פסולת גינון וערימות של גרוטאות, כלבים ללא רצועה וללא זמם ועוד. בתוך מסלול המכשולים הזה, נאלצים הולכי רגל - כולל קשישים, נכים ואימהות המטופלות בילדים - לרדת בליט ברירה אל הכביש. מסוכנים במיוחד הם הקטנועים ורוכבי האופניים לסוגיהם, הרגילים והחשמליים, שברצותם הם נוהגים כהולכי רגל,

תשבץ

יוסי לוי

הפרס: ספר מתנת חנות הספרים "סטימצקי" של בן-ציון בן-משה, רחוב ויצמן פינת רוטשילד, כ"ס

מאוזן:

1. מחזה מאת חנוך לוין 11. חדר תת קרקעי 12. חומר חיסון 13. אנדרטה 14. אינו כשיר 15. משבטי ישראל 16. כידון 18. סוג דג מאכל 19. טף 21. אם ישמעאל 24. בריכת טהרה 26. חיה טורפת 27. עני 28. ממקצועות הבנאי 29. לשד 31. סופר עברי (ש.מ) 33. אחד האבות 35. קרס 36. מין משחק 37. לא מלא 39. בבקשה 41. שומר על נפשו 42. אמתחת 43. רגל תותבת 44. משכן 45. צופן 47. קריאת התפעלות 48. סוטה מדרך הישר 50. יחס 52. אולם לתערוכה 54. קול חוזר 55. שניצל בעברית

מאונך:

1. משמשת להשקיה 2. מייסד נס ציונה (ש.מ) 3. איבר בגוף 4. כלי הקשה 5. מחלת הרזון 6. קיבוץ בעמק בית שאן 7. לשון שבועה 8. כלי חפירה 9. תנובה 10. ענף 13. בודד 15. מוט ברזל 17. מכשיר מדידה 20. מבנה צף לתיקון כלי שיט 22. מפוחית פה 23. זד 25. בעל ותק 29. רקב 30. בעלה של יעל 31. תבלין 32. אל האש הרומי 34. קיבוץ דרומית לראש העין 38. אחד הצבעים 40. איפוק 44. שוק 46. ריצת הסוס 49. עולל 51. מסולם הצלילים 53. הכה

10			9	8	7	6	5		4	3	2	1
	13						12					11
		17		16			15					14
	20			19				18				
		26			25			24		23	22	21
			30	29			28					27
				34	33				32			31
	38	37					36					35
					41			40				39
	46		45			44			43			42
				50			49		48			47
					53			52		51		
						55						54



המקום לעיצוב הבית-וילונות • טפטים • פרקטים

התחדשנו תצוגה חדשה של בדים, מוצרי הצללה, טפטים, מנועים חשמליים

חדש פרקטים תוצרת גרמניה

תצוגה של מנועים חשמליים, ממיטב החברות לכל המוצרים כולל הפעלות חכמות למיניהם
 ייעוץ בבית הלקוח ע"י מומחי וילונות הנרי
 לאדריכלים ייעוץ בשלב התכנון



שעות פתיחה: א', ב', ד', ה', 9:00-19:00 יום ג', ו' 9:00-13:00
 רח' רוטשילד 59, כפר סבא | טל' 09-7673817, פקס 09-7651732
 בקרו באתר הבית שלנו: www.henrys-curtains.co.il

פנינה החמה צ'יק-צ'ק

מאת: פנינה מלך



הצעה לבראנץ'

מה דעתכן להזמין כמה זוגות לברנץ'? הרי חג היום ל"גימלתון" שבו מופץ הגיליון השישי. אוכל לנדב לכן שלושה מתכונים. לשניים מהם הגעתי תוך כדי קריאת ספרים ששילבו מתכונים בישול בעלילה.

בספרו **"עד שיום אחד"**, מספר הסופר שמי זרחין על משפחה טבריינית. אם המשפחה, רוחמה, מבשלת בדיוק כפי שבישלו פעם והיא מאכילה את בני-ביתה במאכלים בטעם ספרדי, כמו ה"סופריטו", והתפריט הנבחר מובא בפניכן, ככתבו וכלשונו:

"רוחמה לקחה אותן למטבח הקטן והראתה להן איך היא מטגנת בצל חזרה עליו שיני שום שמעכה בכף ידה ומתבלת בפלפל ירוק חריף ובזרעוני כוסברה כתושים וסוחטת לימון ומניחה בתוך זה ערימה של עלי סלק ירוקים שקרעה מגבעוליהם, ותוך שניות שקעה הערימה הירוקה בסיר והפכה לרוטב ירוק וריחני שלתוכו קצצה רוחמה קוביות של גבינת כבשים צפתית ושברה שלוש ביצים וטפטפה שמן זית. וכאשר הכול בעבע והבשיל, הביאה את הסיר הלוהט אל השולחן ובצעה קרעים גדולים של לחם שחור ושלוש האחיות טבלו את הלחם בתבשיל וערמו עליו כפות גדושות ופיסות מהביצים המבושלות ואכלו בהנאה גדולה"

כמובן, יש להתייחס למספר המוזמנים ולהוסיף בהתאם את הביצים - ביצה לאורח.

בספרו של ניקי פלגריו - **"בית התה הצועני"** - מתרחשת העלילה בעיירה קטנה בדרום איטליה - טריאנטו. רפאלה, הגיבורה הראשית, טבחית מעולה, למדה את סודות המקצוע העוברים מאם לבת ומשלת בין דפי העלילה תפריטים שונים. אהבתי את התפריט של סלט לבבות ארטישוק ובחרתי אותו משתי סיבות: זהו סלט ייחודי והכנתו קלה. לכן, הוא עונה לדרישות "פינת הבישול צ'יק-צ'ק". יש לשים לב ל"לבבות ארטישוק" ולא "כפות ארטישוק" המשמשים בדרך כלל למילוי.

המצרכים

- קופסת לבבות ארטישוק ● 4 כפות צלפים ● 4 כפות זיתים חתוכים לפרוסות
 - קורט פלפל שחור גרוס ● מיץ מחצי לימון
 - כף מיונית ● כף חרדל
- לדעתי, אין צורך במלח מאחר והזיתים והצלפים מלוחים דיים. אם נחרוג ממקוריות המתכון, ניתן להוסיף שתי ביצים קשות המשתלבות היטב עם מצרכים אלו.

אופן ההכנה

חותכים את לבבות הארטישוק לפרוסות, מוסיפים את שאר המוצרים, מערבבים והסלט מוכן.

אג'דה

המתכון השלישי הוא מתבל גבינה אשר מקורו מדוד אלברטו, בעל אחות אימי מירושלים. בכל קיץ, כשהגענו עם אימי לנפוש בירושלים, מקומו המכובד של האג'דה לא חסר מארוחת הערב. אמנם, כפי שמעיד שמו, הוא מכיל שום (אג'ו בלדינו), אך מאחר וכל הסועדים יטעמו וייהנו, הריח בטל בשישים.

המצרכים

250 גרם גבינה לבנה
יוגורט או אשל או שמנת (אפשר להשתמש בחצי גביע. העדפה שלכם על מצב הדלילות)

- 2 שיני שום
- 1 ביצה
- כף שמן
- מלח לפי הטעם

אופן ההכנה

מכינים במחבת עם מעט שמן, ביצה מבולבלת (שלא תהיה קשה מדי) ומקררים מעט. בקערית נפרדת מדללים את הגבינה ביוגורט ומוסיפים את הביצה, שום מעוך ומלח לפי הטעם. בתיאבון והנאה לכל הסועדים.

מערכת גימלתון משתתפת בצערה של חברת המערכת

פנינה מלך

במות אחיה ז"ל

שלא תדעו עוד צער

גזור ושמור



טלפונים חשובים



מוקד עירוני 106

המחלקה לטיפול באוכלוסיה המבוגרת,

רח' הכרמל 43 7641131

ש"ל - בן גוריון 19 7669393



העמותה למען הקשיש

תל-חי 4 7676452

מרכז יום לקשיש

תל-חי 4 7675001

ש.ע.ל - שרותי עזרה לקשיש 7662230

ח.ג.ל - פעילויות לקידום הבריאות 7641145

"מפגש בכפר", תל-חי 4 7676452
(מועדון ניצולי שואה)

קהילה תומכת 7665151

סיוע למטפלים בחולי אלצהיימר

ובמחלות דמנטיות אחרות 7675001

ער"ן (עזרה ראשונית נפשית) לזקן
מספר ארצי 1700-50-1201 או *3201

כללי

משטרה 100

מד"א 101

מכבי-אש 102

מועדוני גימלאים

נחשון, נחשון 9 7659773

סירקין, טשרניחובסקי 89 7460170

יוספטל, שאול המלך 5 7655501

כיסופים, הרב גולד 14 7677220

עליה, ויתקין 12 7443107

אלי כהן, ויצמן 189 7657623

שידורי הטלוויזיה הקהילתית

ביום ב' בשעה 10:30, יום ג' 21:30

ערוץ 25 ב-HOT (ממיר אנלוגי)

ערוץ 98 ב-HOT (ממיר דיגיטלי) וב-YES

www.amuta_ks.org

נשמח לקבל את
תגובותיכם על העיתון

כתובת המערכת: תל-חי 4, כפר-סבא

e-mail: gimlaton@walla.co.il