

עיתון גימלאי כפר-סבא

גימלתון



גליון מס' 77, תמוז - אב תשע"ו, יולי - אוגוסט 2016

העמותה למען האזרח הוותיק כפר סבא, בשיתוף עיריית כפר סבא - המחלקה לטיפול באוכלוסייה המבוגרת

הגשמת חלום היא לפעמים באמת כדור פורח

סיפורו של חולם שרצה לטוס בכדור פורח וחלמו התגשם לאחרונה



שכאלה צילומים אפשר לעשות רק מכדור פורח". אנו מודים מאד לחברת 'סקיי טרק' - מעשים טובים אינם פורחים באוויר...
אכן הגשמת חלומות קטנים לאנשים גדולים.

"הינו בעננים תרתי משמע" אמר משה ואף צילם במצלמה אותה קיבל בחוג "צילום בגיל" בו הוא משתתף.
כשנשאל למה זוקא כדור פורח? ענה "ראיתי סרטי טבע וחשבתי לעצמי

מועדון "מפגש בכפר", מועדון לשורדי שואה בני ובנות זוגם/ן הוקם לפני 14 שנים. המועדון מקיים את פעילותו אחת לשבוע, בימי שלישי אחה"צ. את המועדון מנהלת "סביון" העמותה למען האזרח הוותיק כפר סבא.
אנשי-העמותה יזמו פעילות מקורית, הם הציעו למשתתפים לספר מהו חלום, והבטיחו להגשימו במידת האפשר, כמובן, והחלומות אכן הוגשמו: החברה יפה ביקשה לכתוב את סיפור חייה. חברה אחרת, יהודית ביקשה למצוא את אוניית המעפילים איתה הגיעה לארץ.
החבר משה ביקש לטוס בכדור פורח לפני יום הולדתו השמונים שחל שבועיים לאחר מכן. נקשרו קשרים עם הנוגעים בדבר והמשימה יצאה לדרך.
חברת "סקיי טרק" שהיא חברה המפעילה כדורים-פורחים בעמק יזרעאל למרגלות הגלבוע, תרמה את הטיסה. אל משה גל התלווה נכדו אשר הסיע אותו וביום שני החלום התגשם.

י"ב לגימלתון / מאת דוד אלדר

והנה יש גם שכר לעמלה.
כל כמה זמן עיתון יוצא שנחזה בו ונתגאה.
לא חשוב מה התוכן יהיה, העיקר שיהיה כתוב יפה.
ברוח זאת דרכנו נמשיך,
וגם בהירות חדשות אותנו לא תעיף.
על מקומנו נשמור ואליכם תמיד נחזור,
ואנו מצפים לעוד שנים רבות,
של בת מצוות ובשורות טובות, של פעילות ועשייה,
וכולנו נבוא על הברכה.

שמחה רבה שמחה רבה,
בת המצווה - בדרכה.
מהדפוס יצאה בהדר והוד,
ויעידו על כך כל הכתבות.
ומה בגימלתון לא טולטל ולא שופד,
רק כדי שלקוראים יהיה נחמד.
נושאים הובאו משם ומפה,
חלקם לפח המשיך דרכו.
אחרים שונג תפסו ועל המכשולים התגברו.
במשך תריסר שנים המערכת פעלה,

דבר העורכת

בעיקר מצד הסגל המטפל כלפי החולים גילויים שעוררו רגשות של תודה. כאילו לא היו אלה אנשים 'רגילים' מהחברה הישראלית הכל-כך מוכרת לנו מבחוץ. אם חולה או בן-משפחתו מאבד סבלנותו - הרופא או האחות מנסים בסבלנות אין קץ ובדיבור רך ומלא הבנה לישר את ההדורים. היחס האנושי ראוי לכל הוקרה והכרת-תודה. ופגשתי שם את 'מגדל בבלי' של המאה ה-21, בליל של שפות ומבטאים: ערבית, רוסית, אתיופית ועברית. וכולם מבינים את כולם, וההבנה את נפש החולה הסובל היא ההבנה היפה והראוייה מכל. חברה שביקרה אותי, סיפרה לי כי ביה"ח 'מאיר' זכה במקום גבוה מאד מבין כל בתי החולים בארץ. הסכמתי עם אלה שקבעו כך. וכמובן: העיקר שנהיה בריאים ולא נזדקק להתנסות זאת, אבל אם בכלל-זאת.....

שמחתי להיווכח כי לפעמים פנייה לקהל-הקוראים נופלת על אוזניים קשובות. בדברי לקוראים בגיליון הקודם, ביקשתי 'לפתוח מגירות' ולפרסם באמצעותנו חוויות, תובנות, סיפורים וכיוצא באלה. ואמנם כמה מקוראינו 'הרימו את הכפפה', שלחו אלינו וקיבלנו שירים נאים, סיפור קצר, רשמים מטיל יוצא-דופן, רשימות מגוונות ועוד. גיליון שמכיל חומרים לא-בנאליים מעניין יותר ומוסיף דעת. אנו מחדשים את קריאתנו: שילחו אלינו עוד ונצא כולנו נשכרים!

תאיר אלוף

בדיוק בימים אלה, אנו מציינים 12 שנים לקיומו של העיתון 'גימלתון', העיתון שמכוון בעיקר לציבור המבוגרים בכפר-סבא. אנו גאים בעובדה שהצלחנו להוציא 77 גליונות, שתמיד אנו מוצאים מקום לתכנים שמכוונים לקוראים שלנו. רק ראוי להדגיש: כל העוסקים במלאכה עושים זאת בהתנדבות מלאה. נשמח מאד לתגובותיכם, הארותיכם והערותיכם!

הר-הקסמים 2016 :

כשהייתי תלמידת גימנסיה (כך כינו את ביה"ס התיכון בתקופתי), אהבתי יותר מכל לקרא ספרים. הייתי 'רשומה' בכמה ספריות במקביל כדי שלא יקרה מצב בו אשאר, חו"ח, ללא ספר ליד מיטתי. אחד הספרים שריתקו אותי היה הספר עב-הכרס 'הר-הקסמים' מאת תומס מאן. בספר נפרשת מסכת יחסים אנושית בין דמויות רבות במקום מיוחד במינו: סנטוריום לחולי שחפת אמידים בדבוס שבשווייץ. קראתי את הספר בנשימה עצורה, רושם רב הוא עשה עלי ונשאר טבוע בזכרוני. נזכרתי בספר ההוא פתאום: איתרע מזלי, ולפני שבועות מספר לקיתי בדלקת ריאות שהסתבכה והתאשפזתי במחלקת ריאות בביה"ח 'מאיר' בעירנו. שום דבר במחלקה זאת לא דמה לתיאורים שיזכרתי, לא הנוף ההררי, לא השלג, הקור והשמייכות שעטפו את החולים. וודאי שלא מצאתי שם שום זכר למצבים בעלי היבט-רומנטי, ומעטים החולים הצעירים ויפי-המראה, אבל התוודעתי שם לגילויים אנושיים



היכונו, היכונו, היכונו!!!

טיול והדרת פני זקן

21.9.16

עקבו אחר הפרסומים

עורכת ראשית: תאיר אלוף ■ **חברי המערכת:** דוד אלדר, שפרה אנטמן, ברוך בר-סלע, יהודה זיסמן, פנינה מלך, יצי רז, רות שמאי, ניצה זיידל, סוניה פלדמן ■ **המו"ל:** "סביון" - העמותה למען האזרח הוותיק - כפר-סבא ■ **רכזות המערכת:** נאוה סלומון, זהבה באום, מורן שפיר ■ **כתובת המערכת:** תל-חי 4, כפר-סבא, טל': 09-7676452, פקס: 09-7666997 ■ **עיצוב גרפי ודפוס:** זיגוג הפקות בע"מ 09-7495959

אוהבים את הרהיטים שלכם? ... רוצים להתחדש?

"גיא ריפוד וחידוש רהיטים"
הינה מרפדייה משפחתית מכפר אז"ר
בעלת מסורת בחידוש וריפוד רהיטים.
ביכולתנו לבצע חידוש לכל סוג של
רהיט, כולל החלפת בד/עור, ספוג
המילוי, תיקוני עץ וצביעה.



חיסכון ניכר בהשוואה לקניית רהיט חדש

התקשרו עוד היום

"גיא ריפוד וחידוש רהיטים"

מכפר אז"ר

054-6631364

www.lipson.co.il

נציג החברה יגיע לביתכם עם מבחר בדים ורעיונות לחידוש ללא כל התחייבות מצידכם.

הדוב הנדיב, המתריע בשער

ברוך בר-סלע



הוא תמיד עסוק ומתרים את תושבי העיר עבור "מלוא הטנא".

עד היום הוא עסוק במאבק מתמשך כנגד העירייה שוויתרה לקבלן פינוי-בינוי על היטל השבחה בסך 10 מליון ₪. "לא יעלה על הדעת שעיריית כ"ס בעלת גרעון של 300 מליון שקל תוותר על הני"ל". הוריו של דב, חינה ושמואל זרקו שהגיעו לארץ מליטא ב-1926 הטמיעו בו את הנתניה והדאגה לזולת, המסירות והיושר האישי.

אימו התנדבה ב"נעמת" ואביו שמואל זרקו היה פועל בנין בתחילה, ומאוחר יותר המזכיר הראשון של הפועל כ"ס [וללא תמורה [...] את המחאה כנגד עוולות חברתיות הוא ירש מאביו. גם הוא נהג לצאת ולמחות למשל: בעת שביתת הרופאים יצא לוועד-הפועל של ההסתדרות וזעק כנגד הרופאים.

זעקתו נשמעה וכנראה שסייעה להחזרת הרופאים לעבודה. האב היה גם מבאי ביתו של פנחס ספיר שנהג לשמוע לעצותיו. "הורי ואני ראינו בעשייה - דבר חיובי, ובתרומה - ערך עליון ולא קרדום לחפור בו".

לדב ולזיוה רעייתו שני ילדים ושלושה נכדים "מקווה להמשיך להיות מעורב בעשייה" ולנו הוא משמש כמשב רוח רענן וכהשראה ותקווה בימים בהם אנו מוקפים בשליחי-ציבור המונעים מאינטרסים, ומכרישי נדלין שמודדים את הצלחתם ברווחים שצברו.

ודב מוסיף ומסביר: "לאחר שהתרעמתי על אחדים מפרנסי-העיר על יחסם המפלה, הצלחתי לאפשר לאמנים בני עדות-המזרח לשכור את אולם "היכל התרבות" העירוני ולהופיע בו ובאותה תקופה של שילוב אמנים מזרחיים ארגנתי באודיטוריום "שבתות-תרבות".

כמו-כן, ניהלתי מאבק משפטי כנגד הצבת תמרורי חניה שאינם חוקיים, זוכיתי מאשמות בעניין זה ועימי זוכו כ-5000 מתושבי העיר. אגב: פקיד-עירייה בכיר נזעק כנגדי ואמר: "אתה גורם לנו לנזקים כלכליים".... בעקבות אירוע זה הפכתי לפרשן תחנת רדיו אזורית בנתניה בנושא דוחות תנועה.

מחיתי והגבתי למשל, כנגד הריסת סניף "הנוער העובד", נגד הקמת מגדלים רבי קומות המשנים את אופייה של המושבה שמתאפיינת בבתיים חד-קומתיים, מחיתי כנגד זיהום-האוויר, עומס-תנועה והופעת בישיבות וועדת-המשנה לתכנון ובניה שאישרה תכניות הבניה. "ניהל מאבק כנגד העירייה שהחלה לגבות מסי ארנונה לפי שטח ברטו ולא נטו כפי שהיה בעבר וזאת כדי להגדיל רווחים ע"ח האזרח הפשוט". אך דב לא 'הסתפק' בנושאים מוניציפאליים גרידא, הוא גם לקח חלק פעיל בהפגנות בנושא מתווה הגז, מתן גיבוי לביהמ"ש העליון, במאבק בעניין לימודי-הליבה של מערכת-החינוך החרדית ועוד ועוד.

דב, שהיה במשך שנים חבר מפא"י, אחדות העבודה והמערך, אומר על עמדתו הפוליטית: "יגאל אלון היה האדמו"ר שלי", ב-25 שנים האחרונות פעיל פוליטי ב"מרצ", חבר בפורום 'מגדי' 13 שנה מאז הוקם ע"י ישראל מילוא. כמו כן חבר בפרלמנט "צומת השרון" ועוסק בעזרה

כבר בראשית דרכי בעירנו לפני כ-30 שנה, התודעתי למחאותיו, אזהרותיו ובקשותיו לשיפור חיי האזרח ולעיצוב מדיניות עירונית הוגנת שנכתבו ופורסמו ברבים. לפני שנים מספר פגשתיו לראשונה בפורום 'מגדי' ובארגון התרמות כספים לאזרחים נזקקים. תהיתי על דרכו, התמדתי ומסירותו לציבור שבקרבו הוא חי - והחלטתי לפגוש את האדם המיוחד הזה - את דב עילם.

נפגשנו בשעת ערב במשרדו העמוס לעיפה בקלסרים, קטעי עיתונות ומסמכים. ולאחר השיחה בינינו, כך הבנתי הוא אמור להמשיך את עבודת הלילה שלו שמחייבת פיקוח וביצוע כפי שנדרש בתחמו. בשיחתנו, כך למדתי, דב עילם בן 74, יליד כפר סבא, חדור עדיין ברוח הלחימה כשיכלי נשקו הם עט ונייר.

לאחר שסיים את לימודיו בביה"ס ע"ש אוסישקין הוא למד בביה"ס התיכון חקלאי "הכפר הירוק" וכחבר בתנועת "הנוער העובד" התגייס לנח"ל. לאחר שהות בקיבוץ משמר-דוד התמנה להיות רכז 'הנוער-העובד' באזור הצפון (קרית שמונה, מעלות, טבריה וחצור) וככתב "ידיעות אחרונות" לעניינים מוניציפליים וספורט בחיפה. משם הדרים לחוות הניסיונות גילת וככתב "למרחב" בנגב. 'הירידה' לנגב הייתה מימוש "הרצון לתרום לחברה". באופקים מצא קורת גג בת 32 מ"ר וחברתו זיוה המורה-החיילת הפכה לרעייתו ולשותפתו בהקמת המשפחה וטיפוחה עד היום.

דב, בן ה-23, איש "אחדות עבודה" והאשכנזי לא חש זרות בין תושבי המקום שעלו זה מכבר ממרוקו ומטוניס, שהיו לעיתים מסתכסכים בינם לבין עצמם, הם נעזרו בו כמפשר.

לאחר 5 שנות מגורים באופקים עברה המשפחה הצעירה לבאר-שבע שם חי עשר שנים מאושרות ועד היום הם מתגעגעים אל בירת-הנגב והחיים בה. בינתיים, עיתון "למרחב" נסגר והכתב הפך לנאמן עיתון "הארץ" וככתב ושדרן רדיו ב"שירים ושערים".

בשנת 1968 פתח דב משרד האמרגנות הראשון בדרום, בבאר-שבע כמובן, כאן המשיך לעסוק במקצועו הנוכחי כאמרגן. בזכות ידענותו והכרתו את הדרום כונה "מלך הדרום" ואכן דאג לצד התרבותי והבידורי כאמרגן יחיד בדרום הארץ.

בגיל 35 החליט לשוב אל עיר הולדתו - כפר-סבא. הוא השתלב ככותב במקומונים ובכתבותיו נתן ביטוי לאי-יכולתו לשאת עוולות חברתיות

"קשה לי להיות אדיש ועד הרגע הזה עניינים הקשורים למעורבות החברתית ציבורית אינם נותנים לי מנוח."

מחשבות על שינויים בגיל חבוגר

סוניה פלדמן

אפשר למצוא הרבה סיבות לחיך - זה רק תלוי בנו. כמו כל החלטה אחרת שאנו עושים לגבי עצמנו. אין החלטות מושלמות ומי שיועד להתפשר ולא לבזבז אנרגיות על 'אילו' - מרגיש עם עצמו מסופק. עיקרו של עניין הוא לחוש ולבסוף לדעת שאיש מאיתנו אינו יכול להגיע להגשמה עצמית דרך זולתו.

בספרה האוטוביוגרפי של אלינור רוזוולט (אשתו של נשיא ארה"ב בשנות ה-40), אותו כתבה בגיל 57, אחרי שעברה אירועים קשים בחיים, היא התבוננה אחרונית וכתבה: "אי-שם בנתיב התפתחותנו, אנו מגלים מה אנחנו בדיוק, ואז אנו חורצים את החלטתנו האמיתית שלה אנחנו אחראים. החלטה זאת בראש ובראשונה היא למען עצמך, מכיון שלעולם לא תוכל לחיות את חיי זולתך, יהיה אשר יהיה, ואפילו לא את חיי ילדך. ההשפעה הנובעת ממך נעשית באמצעות האופי שלך ודרך מה שאתה נהיה בעצמך." נאחל לעצמנו בריאות ותבונה ושנדע לבצע דברים שטובים לנו בהמשך החיים!

העצמאות ומהאטת הקצב התיפקודי בביצוע משימות של יום-יום. הבריאות חשובה בכל גיל, אך בזיקנה זה נכס משמעותי החשוב ביותר, גישה ננוחה להזדקנות הגוף היא הקובעת איך נעבור את המציאות. לעיתים - דווקא בגיל הזקנה, אנשים פתוחים יותר לקשרים, לאומנויות, להקשבה להרצאות ועוד. נכון שזה נובע מסיבות סובייקטיביות כמו בדידות, עודף פנאי, רצון להוכיח לעצמך שזה לא סוף-הדרך, לוודא מסוגלות ועוד. כל זה גורם לנו לסיפוק עצמי, לגאווה למשפחה ולחזקים מהסביבה. יש הבדל גדול בין להיות זקן - ולהרגיש זקן! אדם אופטימי ובעל חוש-הומור - מתמודד בקלות יתרה עם מצבים בלתי צפויים. הוא אינו מקבל כל דבר כמובן-מאליו, יודע להעריך את החיובי ולהוציא מהלכסיקון את המילה "צריך!" עלינו לאפשר לעצמנו מנוחה פעם ביום לגוף ולמוח. הצחוק מקל על ההתמודדות עם קשיים, אפילו אם ניזכר בצחוק של נכד או נין - שבילינו איתם שעה אחת - החיך יעלה על שפתנו גם בהמשך היום.

כל אחד, במשך חייו חש שנוצרים שינויים מסביבו, השיגרה משתנה. כל שינוי טוב או רע גורם לנו להתנגד, גם אם זה במודע או שלא במודע - אין אנו מוכנים לתת מקום לשינוי. יתכן שזה נובע מפחד או מחוסר ביטחון עצמי, השגרה טובה לנו. מיום היוולדנו אנו עוברים שינויים פיזיולוגיים, רגשיים והתפתחותיים, אלא שכל אחד מגיב אליהם אחרת. חוקרים מנסים לייחס את התגובות לגנטיקה, לסביבה או לחינוך, אך גם יש השפעה לגיל, למצב הבריאות ולתרבות. בדרך לשינוי מצפים לנו מחסומים: כמו מחסום סיבתי. צריכים להבין שאי אפשר למחוק את השינויים שחלו בנו בעבר וכן בהווה, כי אנו זוכרים את האירועים של העבר בכל גיל בצורה אחרת וגם חשים אותם רגשית ולא רק פיזית. בגיל מבוגר - השינויים נכפיו, לא מתרחשים פתאום, זה תהליך מתמשך של הזדקנות מנטלית ופיזיולוגית. אדם מבוגר צריך להתמודד עם מעברים, חולי, אובדנים, משברים ולעיתים מעבר למקום מגורים חדש. יותר מכל קיים הפחד מאובדן

חשוט בעולם - בארץ לא נודעת

רשמי טיול בקירגיסטן רינה אנטמן

- ישנן הקושרות את המטפחת מלפנים ויש הקושרות מאחור... העורף והצוואר חייבים להיות מכוסים - מפאת הצניעות! האנשים שפגשנו, כולם מסבירי-פנים ומכניסי אורחים באופן מיוחד. קירגיסטן הינה ארץ מעבר בין אסיה לתת-היבשת הודו, על דרך המשי המפורסמת שבקצה המערבי היא הגיעה עד למזרח-התיכון. כיום כבר הסחורות אינן מועברות על-גבי בהמות משא כמו באלפי השנים הקודמות - רכבות ומשאיות מכל הסוגים עוברות בין סין למדינות אלה. משאבים רבים הושקעו בכדי לסלול דרכים מודרניות, להקים גשרים על הנהרות, לייצר חשמל ולהניח מסילות ברזל. עדיין ניתן להבחין בסימניו של השלטון הריכוזי הקומוניסטי. נוכחות הצבא והמשטרה בולטת - אך שבטים רבים מורדים ורוצים עצמאות - הסינים (בפרט) מנסים לדכאם.

השווקים העממיים משכו את העין יותר מכל: הם ססגוניים וצבעוניים מאד: שפע של פירות וירקות, לחם שנאפה במקום בטאבונים, פריטי לבוש ופיצ'ביקסי מכל הסוגים. כמוכן שישנם גם שוקי-בהמות מרתקים. ברחובות הערים והעיירות ניתן היה לראות נשים צעירות שהולכות בחופשיות ללא כיסוי ראש, נראה שהשנים תחת השלטון הקומוניסטי הרחיבו את האופק והביאו את בשורת המודרניזם. קירגיסטן היא עולם שונה ומשתנה - הביקור בה מרחיב אופקים ומרתק! מומלץ!!!

הקרויים 'ורטות'. יורטה - בנויה מקלונסאות עץ ואליהן קושרים בחבלים שכמיות עשויות צמר-כבשים ועורות בע"ח. בתוך היורטה שטיחים מרהיבי-עין, ובאחת הפינות מבשלים, אוכלים (כשהם ישובים על גבי השטיחים) ויתר השטח משמש ללינת המשפחה בלילות. בחודשי האביב מחממים את החלל בגללים ובחומרי בעירה אחרים, במרכז היורטה מתנשאת ארובה היוצאת מהגג. הסוסים נחשבים לבהמות החשובות ביותר. הם משמשים למשא, אך גם לבשר ואפילו לחלב: חלב-סוסות נחשב למעדן ונמכר גם בציד-הדרכים לכל דורש. ראינו את התהליך המיוחד (והלא כ"כ נעים) של חליבת הסוסות: הסייח הצעיר שהסוסה המליטה לא מזמן, נקשר סמוך לאימו, עטיניה מתמלאים חלב - ואז היא נחלבת לצרכי האנשים השונים, רק בתום החליבה מאפשרים לסייח להתקרב לסוסה ולניוק את השאריה. מראה לא-מלבב! כל שבט מאופייני ע"י פריטי הלבוש השונים: הכובע הקירקזי, למשל, הוא כובע משולש גבוה עשוי מצמר כבשים דחוס ומעוטר עיטורים מסורתיים בעבודת יד מופתית. הטאגיקים - למשל, חובשים כובע דומה לתרבוש שטוח עשוי מלבד (גם הוא צמר-כבשים) ורקום בשלל צבעים וצורות גיאומטריות. הנשים עוטות מטפחות ססגוניות (לא בורקות) וגם כאן יש הבדל בין השבטים

רבים הם אלה שבחרים לתייר בארצות אחרות, לראות ולהתרשם מאורחות חיים שונים משלנו. אך ישנם מקומות שלא רק הנוף שונה תכלית השינוי, גם כל הסביבה האנושית-תרבותית אחרת ומרתקת בשל ייחודה. כזאת היא קירגיסטן, בה טיילתי עם קבוצת ישראלים באביב האחרון. קירגיסטן נמצאת במזרח אסיה. מצפון היא גובלת בקזחסטן, במזרח עם סין העממית, במערב עם אוזבקיסטן ובדרום עם טג'יקיסטן. בעבר, עד לפירוק 'הגוש הסובייטי' היא השתייכה לבריה"מ, ומשנת 1991 רפובליקה עצמאית. יש בה כ-6 מיליון תושבים, ובירתה בשקק. רוב השטח הוא הררי (ההרים שייכים גיאוגרפית להרי ההימלייה) בגובה של בין 7000-3000 מ', הם מכוסים שלג רוב השנה, ובקיץ חמים יותר (27-20 מעלות), כמעט שאין גשמים אך רבים בה הנחלים והנהרות. האוכלוסייה מגוונת מאד, רבים השבטים שמתאפיינים בתרבות, אורח חיים ולבוש משלהם. רוב השבטים מוסלמים-סונים מתונים. אך למרות זאת - ישנם לא מעט סיכסוכים על רקע שטחי-מחיה.


הקירקזים - ברובם נוודים-הרריים מגדלי צאן, בקר, גמלים (דו-דבשיים), סוסים ויאקים. בחורף הם דרים בבתי-בוץ בעמקים, ומגדלים חיטה וירקות לצרכיהם וצרכי-הבהמות, ועם הפשרת השלגים הם מתחילים לנדוד להרים שם הם בונים אוהלים




אופטיקה מוראד

אופטומטריסט קליני (בעל תואר שני M.Sc)
בוגר אוניברסיטת פנסילוניה ארה"ב

עדשות ראייה ועדשות מגע מולטיפוקאל

מכונה מיוחדת לצילום רישתית המאפשרת אבחון ומעקב
לסכרת, לחץ דם, גלאוקומה, ניוון רישתית 

בדיקת לחץ תוך עיני 

מיפוי קרנית לגילוי קרטוקונוס 

בדיקות ראייה (לרישיון רכב) 



מבחר גדול של משקפי שמש וראייה
מהמותגים המובילים בעולם



חדש לחברי קופ"ח מכבי

למכבי מגן זהב

משקפי ראייה **חינם** עד גיל 18 עד 600 ש"ח

למכבי שלי

מעל גיל 18 - הנחה של 1000 ש"ח

שירות אדיב ומקצועי

טירה, כביש ראשי מול השוק

09-7935112

www.opticamurad.com

מסלולון משפחתי



לפנות ימינה באזור משתלת העצים ו"למשוך" מערבה לכיוון האקליפטוסים הסמוכים לנחל. ניתן לחנות בצל המבנה ולהנות מהשקט ומן הסביבה. ידעו המבקרים כי אזור זה -היה הגבול בין אדמות פ"ת לכפרים השכנים, הגבול בין שבטי הבדווים שישבו מצפון לירקון (ערב גרמנה, אבו קישק ועוד) והגבול בין נפת יפו לנפת טול כרם.



בית לאה - נווה ירק

ברוך בר-סלע

השנייה שימשה כבית קיט ונופש לבעלי הפרדס. כנראה שהיה מבנה התנחלות של פלחים ממערב לשומרון שחפצו להתיישב על אדמות השרון הפוריות, תהליך שהיה מוכר לאחר מלחמת העולם הראשונה. במפות משלחת סקר בריטי מ-1878 לא סומנו פרדסים מצפון לירקון ולכן תולדות האתר לוטות בערפל. המים נשאבו בעזרת מנוע קטן מהנחל ומאוחר יותר הוחלף המנוע לחזק יותר תוך עיגונו והספת יציקת בטון. בשנת 1945 חוקר א"י ש. אביצור תאר בכתביו את הפרדסים ותקתוק המנועים וסיפר כי בחוף הצפוני של הירקון, בינות לאקליפטוסים הגבוהים נמצא בית גדול וצינורות מוליכים מהנהר לבית זה שהוא שייך לאחד מנכבדי טול-כרם. בשנות ה-80 צוירה על הבנין כתובת גרפיטי "לאה המקומטת" ומכאן שם המבנה. מי זו לאה? לא ידוע. למעוניינים לבקר במבנה שבצל האקליפטוסים ולדשדש במי-הירקון הזורמים, יש להיכנס למושב נווה-ירק,

מושב נווה ירק, הנמצא מערבית לכ"ס בכביש היציאה לפ"ת[כביש 40], שייך לתחום המועצה האזורית דרום-השרון. כאשר הוקם ב-1951 נקרא: "ירקונים" להנצחת התיישבות מתיישבים מפ"ת והשם שובש ל"כפר ירקנים" ו"נווה ירקנים" ומאז מאי 1952-נווה ירק. הישוב הוקם ע"י 90 משפחות עולים מרומניה ופולין. חברי-המושב קיבלו אדמה לגידול ירקות ומאוחר יותר גם לנטיעת עצים, כל משפחה כ-24 דונם. כיום, זהו מקום נאה ופורה, סמוך למקורות הירקון ולמבנים של המועצה האזורית שביניהם גם היכל תרבות שוקק חיים, ובמושב עצמו ישנם מועדונים, בריכת שחיה ועוד. בית-לאה, זהו 'בית-פרדס' - מבנה שהוקם במאה ה-19, בלב פרדסים. הוא בן שתי קומות. בקומה הראשונה היה מתקן-שאיבה מנחל הירקון להשקיית הפרדס הסמוך. שם התגורר כנראה הביארגי ("איש הבארי") שטיפל בפרדס. בשלב כלשהו הוסיפו בעלי הפרדס קומה שנייה. ייתכן שהקומה

סורגים בכפר סבא

פנינה מלך

על משטחים שונים, והכל בשלל צבעים המושך את העין ורוכש את הלב. תגובות מדהימות של התושבים, כאשר חיוך על פניהם, הביאו להארכת הצגת הפרויקט המיוחד והמצליח, אשר הוצג לראווה ללא פגע. מכך ניתן ללמוד, על דוגמא נפלאה לשיתוף פעולה הדוק בין מחלקת הקיימות וחוקרת האופנה, איילה רז, שסחפה רבים מתושבי העיר לביצוע ולמימוש הרעיון בהצלחה רבה.



שהצריך מציאת תורם למשימה. גם נושא זה נפתר על הצד הטוב ביותר. מתוך קשריה הרבים של איילה, חברת "וויטלוגו" הסכימה לתרום את הצמר. כל שנשאר - למצוא את המתנדבים לסרוג. מחלקת קיימות בעירייה, האחראית על פרסום ואדמיניסטרציה, הוציאה פלייר עירוני למתנדבים לסריגה. ההיצע היה בל ישוער והגיע למאה מתנדבות (ללא גברים) שחולקו לקבוצות על פי הידע, כאשר לכל קבוצה מונתה מדריכה. בתי התרבות תרמו את חלקם בכך שהקצו מקום לפי הצורך. יוצא מכאן, שכל הקהילה תרמה את חלקה להרמת הפרויקט הייחודי הזה. לאחר שלושה חודשי עבודת סריגה על ידי המתנדבות, הגיעה מחלקת התחזוקה לעזור בתליית המוצגים במקום שהוחלט עליו: מרכז העיר, ברחבת בית הכנסת הגדול. בטכס פתיחה חגיגי במעמד ראש העיר, ניתנו תעודות הוקרה למתנדבות הסורגות. היה מרהיב לראות את עטיפת הספסלים, פינוק העצים בסלסלות פרחים ססגוניות, כיסוי שטיחים סורגים המספרים סיפור

איילה רז, חוקרת אופנה ותיקה, תושבת העיר, החליטה שיש מקום לפנק ולליפות את הנוף העירוני, וחלילה לא במוזיאון סגור, אלא קבל עם ועדה. הנושא שאיילה בחרה בו היה "סריגה אורבנית" המתרחש בנוף עירוני פתוח, ואמור לדבר אל כל אחד מההיבט האנושי. ההחלטה באה לאחר שערכה סרט במסגרת הטלוויזיה הקהילתית בנושא "גברים סורגים". גברים סורגים הפך לטרנד עולמי מכמה סיבות: עייפות אנושית מהעיצוב המודרני המנוכר ללא חום אנושי והרצון להחיות מלאכות שעבר זמנן ונעלמו מהנוף. בימינו אפשר שוב לחזות בגברים סורגים בערב חברתי, במועדונים, תוך כדי שתיית בירה, דבר התופש תאוצה בעולם הרחב. כדוגמת העבר בה ערכו פרויקט סריגה לעצים בשדרות רוטשילד בתל-אביב וכשם שהעיר בת-ים ערכה סריגה במרחב הציבורי, נרתמה איילה לרעיון "סריגה אורבנית" ופנתה לאחראית בעירייה בנושא "רעיון מסוג חדש". התשובה החיובית הגיעה במהרה, דבר

ברידג'

ורדה ממן

מחלק : צפון פגיעה : כולם
ה י ד :

	♠ 7432	
	♥ K108	
	♦ Q65	
	♣ AJ8	
♠ 106		♠ A985
♥ Q75		♥ 9632
♦ 10842		♦ A9
♣ Q1052		♣ K74
	♠ KQJ	
	♥ AJ4	
	♦ KJ73	
	♣ 963	

ההכרזה:

N	E	S	W
PASS	PASS	1NT	PASS
♠ 2	PASS	♦ 2	PASS
3NT	PASS	PASS	PASS

הובלה : 2♣

מהלך המשחק:

הכרוז הלא מעודד מהיד שנפרשת בדומם, מבין שעליו לנסות כל שביכולתו ושהמזל יהיה לצידו בחלוקה של סדרותיו הטובות, כדי לצלוח את המשימה הלא קלה.

הוא משרת נמוך על ההובלה ומזרח זוכה ב-K♣. יופי, זה הצליח! מזרח משחק ♠ נמוך, בו זוכה הכרוז ב-J♠ וממשיך ב-K♣. מזרח זוכה ב-A♣, גובה את ה-A♣ שלו וממשיך ב ♠ בו זוכה הכרוז עם ה-K♣, ה-♠ האחרון שבידו. מערב משרת ב ♣. כעת הכרוז ממשיך בלקיחות ה-♦ שלו בתקווה לחלוקה טובה. ♦ מידו משוחק אל ה-Q♦ בדומם ו-♦ שלישי מהדומם אל ה-J♦ שלו. מזרח משרת ב-2♥ – או או! אין חלוקה.

הכרוז זכה עד כה בשבע לקיחות ועדיין חסרות שתיים. הוא יודע מהיכן ישיג עוד לקיחה. כאשר מערב הוביל ב-2♣ זה הבטיח תמונה בסדרה, על כן, הכרוז משחק ♣ מידו וכאשר מערב משרת בנמוך, ה-J♣ מהדומם זוכה. נהדר, אך עדיין חסרה לקיחה תשיעית, אותה ניתן להשיג רק מעקיפה מוצלחת בסדרת ה-♥. אבל את מי יעקוף? שני היריבים מסוכנים. למזרח יש לקיחה מפותחת ב-♠ ולמערב ב-♦. מה אתם הייתם עושים?

הדבר הנכון לעשותו הוא לשחזר את המשחק מההתחלה, עוד משלב ההכרזות, ולהיזכר שמזרח היה פאס. לאחר שזכה בשני אסים ובמלך ♣, לא ייתכן שיש לו גם מלכה ב-♥, כי אז היה פותח ולא מעביר עם 13 נקודות! לפיכך, ברור שיש לעקוף את מערב. לשחק ♥ מן הדומם אל ה-A♥ שביד ולהריץ את ה-J♥ ללכידת המלכה ♥ ליצירת הלקיחה התשיעית.

שכנים - סיפור קצר

יפה לפיד-וייס

הערב כבר ירד ונעמי התחילה ללכת לעבר תחנת האוטובוס הקרובה בדרך לבית הבת. ממולה הגיח באופן לא-צפוי יעקב לוי, אוחז ברצועה שבקצה קשור כלב חום בינוני שמרחח את קצות המדרכה. "ערב טוב לך" ברך בעליזות, "יוצאת לבלות?"

"שמרפוט" ענתה במהירות והתכוונה להמשיך ללכת.

"שוב? עשית זאת רק לפני כמה ימים." "הבת ביקשה" הרגישה שהיא מתנצלת, "אז מה? במילון שלך לא קיימות המילים: הפעם לא?" שאל בהומור אופייני. היא משכה בכתפה ופנתה ללכת. "נעמי" התחיל יעקב שוב "אולי נצא

פעם לכוס קפה?"

"קפה?" התפלאה, "יש בבית." "אבל לא ליד שפת-הים, ואפשר במקום קפה -- גלידה"

"אני ואתה?" היתה מבולבלת. "מדוע לא?" המשיך להקשות "מגיע לנו?" "אני ממחרת" פנתה לאחור וזירזה צעדה לעבר תחנת האוטובוס.

הלילה הביא איתו מחשבות חדשות. מבוכה, ביישנות אך גם ציפייה אל הבלתי-ידוע.

עם בוקר, כשקמה כהרגלה, השאירה את דלת המרפסת נעולה והוילון מוסט ומכסה את כולה.

כמה ימים עברו והחששות פגו, היא יצאה אל הרחוב לפני שקיעת החמה, ובאותו מקום ממש היא מצאה את יעקב לוי עם הכלב הקשור לרצועה עומד ומסתכל בחיה המרחרחת.

"ערב טוב לך?" ברך בזהירות. "ערב טוב גם לך" האריכה ברכתה. שתיקה מעיקה עמדה באוויר בין השניים.

"מה שלום הבת? והנכדים?"

היא חייכה ואמרה: "לענות בקיצור או לספר בפרטים?"

"כשנזמין גלידה בבית-הקפה, נוכל להתפנות לתשובות מפורטות" ענה לה באותו מטבע.

"טוב נראה..." עיניה חייכו.

"נראה..."

מתמיד, היא צנחה באפיסת כוחות מתוך תחושה של תבוסה. הרדיו עבר לנגן רביעייה של בטהובן, אותה היא מזהה מיד ואותה היא מאד אוהבת. היא שקעה במחשבות. הקפה התקרר בכוס שעמדה עדיין על השיש עם הכפית בתוכה. תחושת הבדידות מכה בה שוב. מועקה. מחנק בגרון. הידיעה שאלה פני הדברים... עצבות...

החלון היה פתוח, הוילון התנפנף בעדינות ורוח חרישית שהניעה את ענפי השיחים שבחזית הבית חדרה גם לדירתה. נעמי קמה, אחזה בכוס הקפה הפושר, וכיבתה את הרדיו. צלילי כלי-נגינה חשמלי הסתלסלו מן המרפסת שממול לדירתה.

היא יצאה למרפסת הסלון, שם ניצבו שלושה כסאות פלסטיק לבנים ושולחן בעל רגלי ברזל שחור עם פלטה של זכוכית עגולה ועליה מפית רקומה ודהוייה מהשמש. מהמרפסת שממול היא ראתה גבר מבוגר, לבוש במכנסיים קצרים וגופיה לבנה, מחזיק ספל זכוכית ובו

קפה כהה, עומד שעון על מעקה המרפסת ומקשיב לשיר שמתנגן מהטלוויזיה שבסלון ביתו. "יעקב לוי אוהב מוסיקה מזרחית" חשבה לעצמה "אבל לא

בקול-רם מדי", המשיכה להרהר בחיבה. יעקב השכן בעשירים השנים האחרונות, גר בבית שמעבר לכביש הצר בקומה השלישית, בדיוק באותה הקומה כמוה.

שוש, אשתו, היתה אשה נאה וחביבה. בימים עברו הן היו נפגשות באירועים משותפים להן ולילדיהן. לפני חמש שנים הלכה לעולמה, בשקט ובמהירות.

יוסי בעלה שלה, היה חולה שנתיים תמימות והתייסר במחלתו עד שעזב אותה כבר לפני שלוש שנים. הארון בחדר

השינה עדיין מחולק בין שניהם, בחלק 'שלו' תלויות שתי חליפות: אפורה בהירה, וכחולה כהה. חולצותיו המגוהצות עדיין

תלויות לפי גוניהן ואורך שרווליהן. יעקב לוי גם לגימה אחרונה מהקפה שלו, העיף מבט ונפנף בידו לנעמי. היא הסמיקה ושמחה שמפאת המרחק הוא

אינו יכול להבחין בכך.

השמש עמדה גבוה בשמים, ערב קיץ החל יורד אך החום עדיין תלוי באוויר. העצים הנטועים לפני הבית נראו כהים וצפופי ענפים. ציצי צפורים עזים במיוחד נשמעו. 'הן מחפשות את הענף עליו ישבו ויישנו כל הלילה' אמרה נעמי לעצמה בקול נמוך. הרדיו השמיע צלילים של פסנתר, "נשמע כמו ברהמס". אינה בטוחה בזיהוי אבל המוסיקה משרה שלוה נעימה. כך היתה רגילה להתחיל את מחציתו השנייה של היום.

השיש במטבח היה ריק ויבש, רק כוס קפה בחלב עמדה על תחתית שקופה נשכחת ופושרת.

לא כך רצתה אותה בשעה חמש, כשקמה לאיטה ממנוחת הצהריים, לבשה את בגדיה וחשבה על הקפה הרוחח שתכין לעצמה ועל טעמו המריר-מתקתק והשפעתו המהירה על מצב-הרוח ועירות-הנפש. בדיוק כשהחלה למזוג את המים הרוחחים על גבי אבקת הקפה הנמס, הטלפון צלצל. היא המשיכה במלאכה והוציאה את בקבוק החלב מהמקרר והקפידה שלא לטפטף מסביב, רק אז, לאחר שהבקבוק הושב למקומו על המדף בדלת המקרר היא נגשה בצעדים נמרצים ונטלה את השפופרת. בתה, מעברו השני של קו, היתה חסרת סבלנות: "איפה היית, אמא?" שאלה בקול גבוה.

"בבית. איפה יכלתי להיות?"

"אוהד רוצה שנצא עם חברים לארוחת ערב בתל-אביב, רציתי שתבואי להיות עם הילדים."

'בדיוק הערב' חשבה נעמי, כל-כך רציתי לצפות בתכנית תחקירים על נשים מתנדבות', בקול נמוך נענתה: "בסדר, אגיע, מתי תשובו?" - "לא יאחר מחצות, חצות וחצי" פלטה הבת בעצבנות.

"את יודעת שאני נוהגת ללכת לישון ב-11", ניסתה נעמי את מזלה. - "בסדר, נשתדל להקדים, טוב ביי"

אל הכורסא הצבעונית שידותיה דהו, והפרחים שעל האריג נראים חיוורים



יש לנו דף בפייסבוק!

העמותה למען האזרח הוותיק כ"ס

רוצים להיות חברים שלנו?

יעל זילמן-כהן, הוצאת

קצרים...קצרים...קצרים...קצרים...קצרים...קצרים...קצרים...

עמותת אפשי"ר שמקיימת מפגשים של מכורים לאלכוהול ולהימורים, פועלת גם בכפר סבא ברחוב בן-גוריון 19 (ליד ש.י.ל). המעוניינים בשירותים אלה, יתקשרו למר דניאל באום עו"ס, טל. 0545819591

חברי קהילה תומכת עם צרכי נגישות מיוחדים התכנסו ב-7.7.16 לאחר צהריים נעים בקפה ג'ו בפארק כפר סבא. נהנינו מקפה ומאפה בחברה טובה, ומשירתה הנהדרת של רחלי וולשטיין בליווי גיטרה. תודה לקפה ג'ו בפארק על האירוח הלבבי!

אלישבע כ"ץ מרפאה בעיסוק.



לאישה
אישה יקרה ונפלאה, קשה לנו להאמין שאת פורשת. אישה מדהימה שידעה לקרב כל אחד וכל אחת ומצאה מקום בליבה לכל מי שנזקק לכך. מקבלת את כולנו במאור פנים וחיוך מאוזן לאוזן. אם מישהו לא מגיע דואגת לברר מדוע, למי שקצת קשה בהתחלה, מוצאת חבר או חברה מהותיקים יותר.
מלווה אותנו ודואגת לכל צרכינו, מיצצת ועוזרת. תודה על הכל, על האיכפתיות, החום, האהבה, ההבנה וההכלה. זה לא פשוט כשמדובר בקבוצה לא קטנה.
אנחנו אוהבים אותך ומקווים שתשמרי על קשר, אצלנו בלב שמורה לך פינה חמה, אישה אהובה

מועדון חברים
אלי כהן

איטה יקירתנו, מנהלת מעדון אלי כהן יוצאת לפרישה לאחר 21 שנות עבודה. מאחלים לה הצלחה בדרכה החדשה, הרבה הנאות, בילויים ונחת מהמשפחה. כבר מתגעגעים המחלקה לטיפול באוכלוסיה המבוגרת



קהילה תומכת אנחנו כאן בשבילכם!

אב קהילה, פעילויות חברתיות,

תיקונים קלים,

מוקד לרפואה דחופה.

קהילה תומכת

09-7667669, 09-7678922

09-7665151

דרוש/ה מתנדב/ת

בעלת רכב

להפצת

עיתוני גימלתון

אחת לחודשיים

למספר נקודות בעיר

ברכת המזון / יעל זילבר-כהן

שלחנם של צמד חתולי
ערוך לפניהם תמיד
צלחת ובה פתיית לה-קט.
הם שבעים אף מותירים.
יתר חתולי
אוכל העורב הצופה מקו הטלפון,
יתר העורב אוכלים התורים,
יתר התורים
אוכלות הנמלים,
יתר הנמלים
אוכלות החשופיות בלילה.
ולא להאמין?
אתמול בשובי בחשך
ראיתי קפוד תינוק מתוק
אוכל מן השאריזות.
מה מאד שמחתי שהיטבתי לכל
והכנתי מזון לכל אשר ברא
ופתחתי ידי
והשבתי לכל חי.
והרגשתי ברוכה.

(השיר לקוח מתוך הספר "בערות-האהבה"
מאת יעל זילבר-כהן, הוצאת "גוונים")

20 שנות ניסיון

- התקנת בידוד ומאווררי גג בגגות קיימים • שרות תחזוקה ותיקון לגגות
- ציפוי ארגוי רוח באלומיניום • התקנת מרזבי אלומיניום ותיקון מרזבים
- בניית גגות לעפים מעץ ומתכת • החלפת גגות תעפים ואסבסט
- חידוש איטום בגגות בטון בחומרים מתקדמים

S.O.S - שרות חירום בחורף



גגות ומרזבים

גל גרלדשטיין

052-2524059

050-5550775

www.gag-gagot.co.il



הפינה החמה צ'ק-צ'ק

מאת: פנינה מלך



סלטי-קיץ אווריריים ומרהיבים בשלל צבעיהם סלט מנצח

המצרכים:

- 5-6 גבעולי סלרי
- 2 תפוחי עץ גרנד אלכסנדר
- 2 תפוזים
- 1/2 כוס חמוציות

אופן ההכנה:

לחתוך את גבעולי הסלרי, תפוחי עץ ותפוזים, לקוביות קטנות, להוסיף את החמוציות ולערבב. ניתן להגיש כעבור כשעה. אין צורך בתיבול. ספיגת המיצים השונים מהווה את התיבול הטבעי.



סלט קולרבי

המצרכים:

- 1 קולרבי
- 1 גזר גדול
- 10 גבעולי כוסברה
- 2 כפות שמן זית
- מיץ מחצי לימון
- מלח לפי הטעם

אופן ההכנה:

לצורך הריסוק עדיף להשתמש במכשיר ריסוק "גיוליאן". הריסוק נעשה כרצועות ארוכות, מעין גפרורים. לרסק את הקולרבי והגזר. להוסיף את הכוסברה הקצוצה ולתבל.

סלט ביצים אוקראיני

המצרכים:

- 4 ביצים קשות
- 4-5 בצל ירוק (כולל הזנב הירוק)
- מלח ופלפל לטעם
- 1 כף מיונית

אופן ההכנה

לחתוך את הביצים הקשות לרצועות בחותך ביצים. לשטוף את הבצל ולחתוך לחתיכות קטנות. לערבב את כל החומרים יחד והסלט מוכן להגשה.

סלט ירוק וססגוני

המצרכים

- צרור פטרוסלינון
- 5-6 גבעולי כוסברה (לאוהבים)
- 1/2 כוס חמוציות
- 1/2 כוס פיסטוק חלבי או אגוזי מלך קצוצים
- 4 כפות שמן זית
- 1 כף מיץ לימון
- 2 כפות רכז רימונים
- מלח ופלפל לפי הטעם

אופן ההכנה

לשטוף היטב את הירק, להסיר את הגבעולים ולקצץ דק. להוסיף את שאר המצרכים לערבב היטב. במידה וצרור הירק גדול במיוחד, יש להוסיף חמוציות. הן צריכות להיות דומיננטיות בסלט ולבלוט בצבען ובטעמן. כמובן שתוכלו להתאים את הכמויות של שאר המצרכים.



טלפונים חשובים

"סיביון" - העמותה למען האזרח הוותיק

7945100	תל חי 4
7675001	מרכז יום לקשיש, תל חי 4
7662230	שרותי מטפלות/עובדים זרים

"מפגש בכפר" (מועדון ניצולי שואה)	
7676452	תל חי 4
7665151	קהילה תומכת, תל חי 4
סיוע למטפלים בחולי אלצהיימר	
7675001	ומחלות דמנטיות אחרות



עיריית כפר סבא

106	מוקד עירוני
המחלקה לטיפול באוכלוסייה המבוגרת	
7641131	הכרמל 43
7669393	ש.ג.ל בן גוריון 19



מועדוני גימלאים

7657623	אלי כהן, ויצמן 189
7655501	יוספטל, שאול המלך 5
7677220	כיסופים, רב גולד 14
7650773	נחשון, נחשון 9
7460170	סירקין, טשרניחובסקי 103
7443107	עליה, ויתקין 12



כללי

100	משטרה
101	מגן דוד אדום
102	מכבי אש
*3201	ערן (עזרה רפואית נפשית)
1700-50-1201	לאזרח הותיק

שידורי הטלוויזיה הקהילתית

ביום ב' בשעה 10:30, יום ג' בשעה 21:30
ערון 98 בהוט ובייס (ממיר דיגיטלי)

www.amuta_ks.org

נשמח לקבל את
תגובותיכם על העיתון

כתובת המערכת: תל-חי 4, כפר-סבא
e-mail: gimlaton@walla.co.il