



שלום קהילה יקרה,

שבת פרשת תולדות, ג' בכסלו התשע"ז 3.12.2016, גיליון מס' 9

מעוזבנו של עמיקם עם שלם ז"ל

בין חברון לבין בית לחם הדרכים
מתפתלות
כשריגים של גפני יהודה
ואני הולך הביתה ברגליים קלות
כמוצא אבן חן אבודה

**עת זמיר במקומנו, קול התור בעציון
ינשב לו הרוח בנקרות הצורים
ושולח הלטם את פרחיו ברפיון
שב לצבוע את ההרים**

מסוף מערב צפיתי באלון רב שנים
בערגה בין עבים מכסים
ובעת שובי הביתה לו אכירה פנים
במשפט עם כבשים ועזים.

למשורר גדול הייתי לו כתבתי
מכתם
על נופים בגלות שאינה.
אך אני חוזר הביתה מזמזם כך
סתם
ועונה לי גדר לבנה.

אלוקי את זה הזמר אל תיקח מעמי
כי ארחיק להלך מביתי
וכשאחזור הביתה עוד אשיר לעצמי
זכרונות שנשאתי אתי.

בצער ובכאב נפרדנו לפני חודש, בראש חודש מרחשוון מחברנו היקר **ישראל שניר ז"ל**. ישראל הכיר את כל תושבי הקהילה באופן אישי ומעת לעת שלח לכל אחד מאמרים וכתבות בתחום העניין של אותו אדם. הוא היה המתעד הבלתי רשמי של הקהילה והעלה ליוטיוב אירועים יפים ומרגשים של קהילתנו במהלך השנים. ישראל גם בלט באכפתיות שלו להתנהלותו התקינה של היישוב ולא היסס לרגע מלפנות למועצה, לחברת החשמל ולגורמים אחרים על כל תקלה ומפגע שלדעתו דרשו תיקון. לזכרו של ישראל אנו מביאים את דבריהם של **הרב ורדי**, של **צחי כהן** ושל חתנו **אלישמע שביב**. יהי זכרו של ישראל ברוך.

עוד בגיליון: במדור "בית אבי" מספר לנו **אשבל עם שלם** על דמותו המיוחדת של אביו, חברנו **עמיקם עם שלם ז"ל** שנפטר בחודש כסלו לפני שלוש שנים. **צחי כהן** כותב על יחידת החילוץ עציון, אשר אחד ממתנדביה הבולטים היה חברנו **דני קלמן ז"ל** שגם יום פטירתו חל בחודש כסלו.

הרב ורדי מדגיש את ההתמודדות שיש לנו, הדתיים הלאומיים, בקונפליקט בין התרבות אותה אנו צורכים לבין תפיסת העולם שלנו, קונפליקט הבא לידי ביטוי בחג החנוכה.

במדור "הזרקור" אנו פוגשים את **עומר סלע** המשתף אותנו בגילוי לב בתהליך נפשי עמוק ומשמעותי שעבר לאחרונה.

שלמה ויסמן, הרבש"צ הנצחי, מזכיר לנו אירועים מן העבר במדור הנוסטלגיה. **מורדי שבת** שופך אור על מעמדה של הקרקע בראש צורים, בשל חוסר הבהירות במצבן של קרקעות ביו"ש.

נריה ואשר בן אבו מספרים לנו איך מרגישה משפחה חדשה בראש צורים, ו**מיכל כהן** ממליצה על פעילויות ומסלולים באילת עם הירידה המסורתית דרומה של משפחות רבות במהלך החנוכה.

במדור "חוק הדתיים השלובים" אנו מביאים הפעם את משפחות **קרמר וקלוטשטיין**. וכמובן מדורינו הקבועים.

כתמיד, אתם מוזמנים להגיב בשבילים וליצור אתנו קשר דרך הפורום או בכתובת המייל: yarchon@r-tzurim.co.il

קריאה מהנה!

צוות העלון: **הרב מרדכי ורדי**, **אביבית אהרונוף**, **רחלי אבלמן**, **איילת שטרן**,
צחי כהן, **יעקב דרורי-רנבאום** (עריכת לשון) ו**נעמה דיטור**

קהילת ראש צורים אבלה על הסתלקותו הפתאומית של חברנו

ישראל שניר ז"ל.

תנחומינו לרעייתו מלכה, לאמו חוה שניצר, לילדיו אתי גולן, שי שניר, אופירה שביב, יעל מעוז, אריאל שניר, כלותיו, חתניו, נכדיו וניניו.

המקום ינחם אתכם בתוך שאר אבלי ציון וירושלים.

בית ראש צורים

הרב מרדכי ורדי

קירות ביתך מוכיחים שהיית איש יצירתי, העמדת תלמידים הרבה בישיבה בגבעת שמואל.

היית יצירתי גם ביצירת קשרים עם אנשים. בקבוקי השמחה שחילקת עם מדבקות מעוצבות על הבקבוקים והפוסטרים לילדי בר המצווה, כל אלה דרשו מאמץ ודרשו התמדה – ואתה הקפדת על כל אלה לאורך השנים בשימת לב ושותפות בכל שמחה או אירוע בקהילה.

נשאת תמיד צעיר ברוחך ולא נתת לטכנולוגיה לעקוף אותך. היית בקיא במתרחש ברשת ושיתפת את החברים בממצאים המיוחדים. הפכת לתחנת שידור עצמאית שכללה את הערכים ותחומי העניין המיוחדים שלך, כולל העמדת המצלמה כדי לתעד אירועים ושיעורי תורה מיוחדים, ותפסת מקום של כבוד כארכיון הקהילה.

זכית למשפחה חמה ומלוכדת וידעת לבנות יחסים של קירבה וחיבור עם כל בני המשפחה. עם אמך, שלה דאגת ומילאת את כל צרכיה בכיבוד אם שהוא דוגמה ומופת. עם מלכה שיכלה להישען עליך בכל דבר ועניין, ועם הילדים והנכדים והנינים, עם כולם ידעת לשמור על קשר ולשמוח ולשמה. כולם היו על לוח לבך וידעת גם לבטא את זה.

ישראל, אתה תחסר לנו. גם בברכת הכהנים שזיכית את כולם מדי יום ביומו. ויחסר לנו הצבע המיוחד שהבאת לקהילה שלנו.

לך לשלום ונוח בשלום ותעמוד לגורלך לקץ הימים.



ישראל, הפתעת אותנו.

היום ראש חודש ואין מספידים אבל אי אפשר בלי מילות פרידה מהסבא של ראש צורים.

הבוקר כששמעתי את הבשורה, בתחילה מעבר להלם חשבתי גם שזה לא מתאים לך ללכת ככה. היית תמיד אדם מסודר המקפיד על ניהול תקין. היה מתאים לך לעשות חפיפה, לתת הנחיות מסודרות. אחר כך חשבתי שאולי כן

מתאים לך ללכת בלי להטריח אף אחד. בלי שידאגו לך, בלי שיטפלו או יתעסקו בצרכים או בתמיכה. כי תמיד אתה היית המעניק והנותן - ונמנעת מלהטריח אחרים. גם כשבאנו לבקר אותך בבית החולים השתדלת לשעשע את המבקרים.

היה לך חוש הומור וזה תמיד אפיין את נקודת המבט שלך על העולם. תמיד הייתה לך בדיחה חדשה על קצה הלשון. גם בשיעורים ההערות שלך עוררו את הציבור - ותמיד ברוח טובה ולא

בבדיחות על חשבון אנשים. יחד עם זאת היית איש רציני בעל חוש ביקורת מפותח ומשולב באכפתיות עמוקה, למרות שגם דברי הביקורת שהיו לך על התנהלות חובבנית ורשלנות בענייני ציבור, באו ברוח טובה. ראשון ומוכן תמיד לכל דבר שבקדושה. הקמת מניין במוצ"ש בבית, ואת המניין הראשון של שבת. היית האיש עם המפתח במניין הותיקן של הימים הנוראים. היית גבאי בנשמה, היו אצלך רשימות של כל בני הקהילה – מתי ימי ההולדת ומתי יארצייט ויום הנישואין, ומתי ועל מי צריך לומר מי שברך בקריאת התורה. הרשימות שלך הועברו אל הגבאים וכעת אנו צריכים להיערך מחדש.

לזכר חותני היקר

אלישמע שביב

ותמיד מכבדים אותך בשם "המורה שניר". היית מורה לנגרות ולתקשורת, אך לא רק, קירות ביתך מעוטרים בתמונות קרמיקה מעשה ידיך, כישרון שירשת מאביך. בכל אירוע היית מרכז העניינים, ארגנת, תכננת, כמובן שתמיד מצאת מתכון חדש – ה"מאסטר שף" של המשפחה. בכל יום בו דיברנו סיפרת על סרט חדש או מתכון חדש "שאתה חייב לנסות". הכנת יין בשיתוף הנכדים, כל אירוע התכבד במהדורת יין מיוחדת עם טיקט מושקע, וכל לידה בקיבוץ זיכתה את החוגג בבקבוק יין מעשה ידיך. לכל בר מצווה או לידה בקיבוץ הכנת פוסטר עם תמונה או אימרה, עיבדת בפוטושופ והגשת כתשורה בתוספת ברכה ובדיחה.

אני לא מאמין שאני כותב מילים אלו, **ישראל שניר** הלך לעולמו.

האיש הכי אופטימי ושמח בעולם, בן למופת, אבא מדהים, וסבא שכל עולמו הם נכדיו וניניו.

מי האמין לפני שבועיים כשחשתי בכאבים חזקים, שהדבר יתגלגל בצורה כזו? בשבת חול המועד כשהתארחתם אצלנו לא האמנתי שישאל הנמרץ, הפעיל, יושב ולא מסוגל לקום או לצעוד בלי כאבים. אבל חוש ההומור נותר עד הרגע האחרון.

מורה נערץ, בכל פעם אנחנו נפעמים מהחיבה וההערכה שקיבלת מתלמידך לשעבר, שזוכרים ומוקירים לך טובה,

באופן קבוע טיילתם בעולם, רק לאחרונה חזרתם מגיאורגיה וארמניה, וישר העלית תמונות וערכת את הסרטים בצורה הכי מסודרת. האיש עם המצלמה, מצלם כל אירוע משפחתי, מתעד ומעלה לפייסבוק או ליוטיוב, כ"כ גאה במשפחתך – הילדים והנכדים המחזירים לך אהבה – מי יערוך עכשיו את הסרטים? מי יכין לוח שנה משפחתי מושקע עם תמונות? כל כך היית גאה בנכדיך ובניניך היקרים, השתדלת להגיע לכל אירוע משפחתי, לכל סיום, להיות וכמובן לתעד.

תמיד היה ברור שתיצור קשרי חברות עם כל מי שפגשת ושהחברות הזו תהיה חזקה, כנה ואמתית. בחודשים האחרונים התחלנו לארגן את יום הולדתך ה-70 שהיה אמור להיות בעוד כחודשיים, מדי פעם הגנבת מבט... אולי צריכים עזרה בארגון? בסריקת תמונות, אמרת בחיך...

תמיד כינית את עצמך רש"י, רבי שניר ישראל. תמיד זה נאמר בחיך ובצחוק, אך תמיד היית משענת ודמות מוערצת על כל הסובבים אותך.

עיניים טובות, כך אני מגדיר אותך, מסתכל על הזולת בעיניים חכמות, במשקפיים ורודים וצוחקים. אופטימי וחיובי, החוט המקשר של המשפחה.

ישראל חי הרבה יותר מכל מי שאני מכיר ולכן כל כך קשה לדבר עליו בלשון עבר, יהי זכרך ברוך.

אהבתי אותך. אלישמע חתנך.

סבתא חוה היקרה, ישראל כל כך אהב אותך וכיבד אותך, אין יום שלא דיבר אתך ודאג לך בכל דבר מקטן ועד גדול, איזה כיבוד הורים. אני מבטיח לך שתמיד נהיה לצדך כי זו הייתה צוואתו.



מאז שיצאת לפנסיה מוקדמת, ישראל, מה לא הספקת לעשות? מי בקיבוץ ראש צורים לא שמע על הגינה של ישראל, שטיפח באהבה גדולה? בכל פעם שהגעתי אליכם הצגת לי בגאווה גדולה ניצן של פרח חדש או צמח מיוחד ששיקמת.

כבר כשעברתם לראש צורים, ישר הבינו את כישוריך ומינוך לגבאי בית הכנסת. ארגנת כל דבר על הצד הטוב ביותר. איזה כישרון.

צחי כהן

ישראל המורה והשכן

לי להפתיע חבר נבון ששכח לגמרי מהמאורע עד שהטבלה השבועית שפרסם שניר הזכירה לו.

בטרם נקראו רחובותינו בשמות קבע שניר שלט שהשיג – השד יודע מאיפה – על ביתו לאמור: "רחוב שניר", ועד לאחרונה כך מסרנו את כתובתנו באותן מערכות ממשלתיות שלא יכלו להכיל יישוב ללא שמות רחובות.

תחסר לנו שניר, "חסר שניר בראש צורייניים!"

אמש נפטר במפתיע ישראל שניר, שכן טוב וחבר יקר. את ישראל הכרתי לראשונה לפני כמעט שלושים שנה כמי שלימד נגרות לדור שלם של נערים. קפדנותו וקולו הרועם היו שם דבר, וכך גם קריאת הקרב "חסר שופין בירווייווק!" שהדהדה בחלל בית המלאכה הקטן בו עבדנו בסיום כל שיעור בו התקשינו, חבורת נערים משלומפרת שכמותנו, להחזיר את כלי העבודה למקומם המדויק. שנים אחר כך זיהה אותי שניר כשרק הגענו לראש צורים. מבין מאות תלמידיו הוא זכר את שמי ואת הכיתה אליה השתייכתי, וגם את שני אחי, אותם פגש בשנים ובמקומות אחרים.

רק כאן הכרתי מעבר למורה הקשוח איש חם ומצחיק, נבון כפיים וחכם. איש משפחה שהיה גאה מאוד בחמשת דורות המשפחה שהתכנסו סביב שולחנו בחגים ומועדים.

בראש צורים הייתה לשניר נוכחות בולטת ומהדהדת: לכל שמחה, לידה, בר מצווה או חתונה רקח יין (חמצמץ...) אותו הגיש עם תווית המציינת את התאריך והמאורע. הוא ניהל ביד רמה את תוכנת העלייה לתורה והיה מעודכן בתאריכי ימי הולדת ונישואין של כל הגברים בקהילה. לא פעם יצא

ישראל נפטר ב-א' מרחשוון. ביום זה נכנס צור כהן לנעם עול מצוות. ישראל עוד הספיק להכין לצור מבעוד מועד בקבוק יין לבר המצווה ומשפחת כהן בחרה לקדש על יין זה בקידוש שערכה לקהילה בשבת בר המצווה, שחלה במהלך השבעה.



חבר קיבוץ ראש צורים. הגיע אלינו במסגרת גרעין יחדיו. עמיקם ז"ל היה אנציקלופדיה מהלכת, תלמיד חכם, 'בור סוד שאינו מאבד טיפה', בעל מחשבה יצירתית ומקורית שאינו חושש להביע דעותיו, גם אם הן אינן שגרתיות ומקובלות. מוסיקאי בנשמתו, כתב והלחין שירים, מורה למוסיקה אשר שימש לתלמידיו הרבה יותר



ממורה, הוביל את ילדי הקיבוץ לממש את כשרונם על ידי דחיפתם לבחור כלי נגינה מתאים, ליווים, ושילובם בתזמורת ובהופעות באירועים שונים בקיבוץ. עמיקם נפטר בגיל 61 והותיר אחריו את רעייתו ידידה, בניו אביב, מורג, מגל, דוד, שושן ואשבל, כלות ונכדים.

חבר קיבוץ ראש צורים. הגיע אלינו במסגרת גרעין איתן.



דני היה חבלן משטרה, התנדב במד"א כחובש ונהג אמבולנס, ביחידת החילוץ עציון ובכיתת הכוננות של ראש צורים. גם פנימה, בתוך הקיבוץ דני יזם, פעל, דחף והיה מעורב מאוד. דני הקים את "מחסן חיובי" שמטרתו הייתה לאסוף ציוד שיעזור לתושבי ראש צורים בשמחות פרטיות וציבוריות. דני היה בעל ידי זהב ואף הכין בעצמו חלק מהציוד במחסן, לשימוש הכלל. לאחר מותו שודרג המחסן עוד לזכרו, ומשמש כיום את תושבי ראש צורים וגוש עציון.

דני נפטר ממחלה קשה בהיותו בן 46 והותיר אחריו הורים, אחות ואח, את רעייתו תמי וילדיו אלמוג, עוז, מעיין וידידה.

ביום ירושלים תשע"ב הוכנס לבית הכנסת בראש צורים ספר תורה שנכתב לזכרו.

אשבל עם שלם



לזכרו של אבי – עמיקם עם שלם

את מלחמת יום הכיפורים כחוויה שהטילה צל כבד על חייו. כשהיה מדבר על המלחמה בלטו מאוד התחושות הקשות שליוו אותו. בחלוף השנים התגלו אצלו סכרת ובעיות לב (עבר ניתוח לב פתוח).

כשנתבקשתי לכתוב על אבי תהיתי לעצמי על מה בדיוק לכתוב, כיוון שאחרי פטירתו ניסיתי לנתח לעצמי קווים לדמותו אך נראה לי שיותר נכון במסגרת זו לתאר את החוויה שלי כילד, כבן של "אבא עמי".

כידוע אבא היה בין מקימי הקיבוץ, כאן הוא "כבש" את אמא. אמא תמיד מספרת ששתי תכונות עיקריות הרשימו אותה באישיותו של אבא: א. היותו אינטלקטואל בעל ידע נרחב ועומק; ב. אבא היה מאוד גינטלמן. והשאר היסטוריה.



להיות בנו הייתה חוויה כשלעצמה. אני זוכר עוד בהיותי ילד, כשהמורה העביר שיעור, הייתה לי תמיד תחושה שאני יודע משהו שהמורה לא יודע. משהו

מהדברים שהמורה אמר הזכיר לי שיחות עם אבא, ואכן כשהייתי מספר לאבא על מה למדנו הוא תמיד היה מוסיף על הנאמר. לעתים אבא היה נותן הסתכלות מזווית שונה לחלוטין ולעתים "הופך את הקערה על פיה". היחס לבית הספר אצל אבא גם הוא היה מורכב. מחד הוא האמין שלאגור ידע זו משימה "קדושה", ומאתנו "דרש" לנסות להבין כל דבר לעומק ובראייה מורכבת, ומאידך הוא לא התרגש (בלשון המעטה) אם לא רצינו לבוא ללימודים ביום מסוים. לאמא הוא היה מסביר שלפעמים גם ילד צריך חופש.

אבי נולד בתל אביב (בשכונת נווה צדק), ובגיל שמונה עבר לבתים. וכבר בימי נעוריו התגלה כדמות מורכבת. מחד היה מסתובב עם הפרחחים (תרגום: למבוגרים – "פושטקים", לצעירים – "ערסים") של השכונה והיה מעורב בקטטות, מאידך התעניין מאוד ב"רוח", בכל תחום: מתמטיקה, פילוסופיה, היסטוריה, שפות, יהדות וכו'. ואכן אבי היה בעל כשרון נרחב כמעט בכל תחום בו עסק (טוב..

אולי חוץ מריצת מרתונים). בהיותו בן 12 חזר בתשובה, כמובן לא בתלם הרגיל.

אהבה גדולה הייתה לו למוזיקה, בה עסק. אבא ניגן בשבעה כלים שונים, כמו כן היה מנצח, מלחין ומשורר.

אך החיים לא תמיד האירו לו פנים, ובימי נעוריו חלתה אמו (הוא היה בן יחיד לאמו) במחלה קשה, והוא נאלץ לסעוד אותה לבד. ואכן היא נפטרה כשהוא רק בן 17. בשלב הזה היה בודד בעולמו. אבי התגייס לגרעין נחל ("יחדיו") וחווה

גם לכלות היה לו קשר מיוחד. אם אחת הכלות הייתה אומרת לו שהיא אוהבת אוכל מסוים, זה היה "הסוף שלה", הוא היה מכין לה סיר שלם של אותו תבשיל בכל פעם שבאה, ומתפלל למה הסיר לא נגמר ("אמרת שאת אוהבת את זה").

גם חוש הומור היה לאבא (טוב... האמת היא שהבדיחות חזרו על עצמם, כמה פעמים צריך להגיד אחרי קידוש של שבת "שותים בהסבה"?..). ולעיתים עם ציניות גדולה. פעם כששאלתי אותו אם מותר לברך ברוך דיין אמת על אדם שהתאבד, הוא אמר "שייבדל לחיים ארוכים כבר אי אפשר להגיד....".

לאחר ניתוח הלב של אבא חייו מאוד הוגבלו. הוא בקושי הצליח לעבוד ולצאת מהבית. יחד עם ה"תיק הכבד" שנשא במהלך חייו והכאבים הרבים, מצב רוחו היה מריר בשנותיו האחרונות (כמובן החמיר הרבה יותר לאחר האירוע המוחי). כשיצאה נשמתו, פתאום היה לאבא מבט כל כך שליו. הרגשתי שהמבט מראה שסוף סוף אבא הגיע למקום שיכול להכיל את הנשמה העדינה והמורכבת שלו.

יהי זכרו ברוך

שיר לבוא הסתיו / עמיקם עם שלם

את האביב כשהוא גרש
רצינו שילך
אך, עתה, כשהוא נוטש:
"עצרוהו! הוא הולך!"

פזמון: בואו כולם, עֲצְרוּ את הקיץ,
אמרו לו רגע להמתין.
בואו כולם, עֲצְרוּ את הקיץ,
רוצים להרגיש עוד פעם חמסין.

מעט קט נתפרקד בחול
בחסותו שלו.
אבטיח, ים תכול
ושמש טוב מולו.
פזמון: בואו כולם.....

הוא כמכונית מרוץ,
ולי לא יחכה.
הוא כבר נסע – אני בחוץ
הגשם בי מכה.
פזמון: בואו כולם.....

השעות המתוקות ביותר עם אבא היו בערבי שבתות אחרי הארוחה. היינו מתקבצים ארבעת הקטנים אל אבא למיטה והוא היה מספר לנו סיפורים במשך שעות על גבי שעות. אבא היה נותן את התחושה שאפשר לשאול אותו כל שאלה שרוצים, ואם לא ידע את התשובה היה אומר בפשטות "לא יודע" (דבר זה נחקק אצלי חזק מאוד). השעות האלה היו מתוקות מדבש.

אחת מאהבותיו של אבא הייתה בישולים. אבא היה המבשל אצלנו, והבישול היה מכל הלב. לאחר שנפטר, אמא נאלצה פתאום ללמוד לבשל בפעם הראשונה (לא נורא, היא השלימה את הפער). אבא היה ממציא מתכונים משלו, ואם שמע שאהבנו תבשיל מסוים שהורה אחר הכין או שטעמנו במסעדה, הוא היה מתקשר ושואל איך להכין את התבשיל ובשבת היה מפתיע אותנו עמו. אחד המאכלים שממש אהבתי נקרא "ארוז קון לציה". אבא תמיד הכין אותו במיוחד בשבילי ביום שישי. אני זוכר עד היום איך הייתי מריח מבית הספר (אני יודע שזה היה בדמיון...) את ה"מעדן". כמובן גם כשעוד היה חדר אוכל בקיבוץ, אבא לא היה מתפשר על "אוכל אמיתי" והיה מביא אתו את הסלטים המיוחדים שהוא אהב.

אך כמה שידע להיות אבהי, כך גם ידע להיות תקיף כשצריך. אבא לא התבייש לעמוד על דעתו (בעיקר במקרים בהם הרגיש שנעשה עוול) אף אם יצר אצל "ציבור השומעים" אנטגוניזם כלפיו.

אבא היה איש שיחה ואהב להזמין אלינו אורחים. ואכן אמא ואבא היו מאמצים חיילים בודדים, בנות שירות לאומי, "בני ציון" (למי שזוכר) וכו'.

עוד ביטוי לאמביוולנטיות הגדולה באבא היה שמחד גיסא היה אדם מאד שכלתן, וכל נגיעה של טיפת מיסטיקה היה שולל על הסף. הוא אהב מאוד לימוד גמרא ומתמטיקה (להבדיל), אך מאידך גיסא הוא הבין שיש לתת הרבה מקום לעולם הרגש כפי שהתבטא במוזיקה ובשירה, באהבה לטבע ועוד.



כשהנכדים הראשונים הגיעו הייתה תמיד אווירה של "אורה ונאורה" בבית. בהבדלה במוצ"ש אבא היה מוציא את החלילית ומנגן להם את השירים שהם אוהבים.

אחלצהו ואכבדהו

יחידת החילוץ עציון- קווים לדמותה

בשטח ובעיר בעזרת יכולות ניווט והתמצאות, ברגל וברכבי שטח, וכן בעזרת יכולות גלישה, טיפוס וחילוץ, בהושטת עזרה רפואית במצבי חירום ומצוקה ובחילוץ ממצבי קיצון כגון הריסות ומים זורמים.

מתנדבי היחידה שומרים על כשירותם באמצעות אימונים תקופתיים מול גופי ההכשרה המוסמכים לכך בארץ: צה"ל, משטרת ישראל, מד"א, פיקוד העורף ועוד. לעתים הופכים האימונים לאירועי אמת, כמו אימון יחידתי בשנה שעברה שהשתנה תוך כדי האימון לאירוע אמת בו נקראו מתנדבי היחידה לחלץ בחור שאבד במאגר בית זית, או מתנדבים מהיחידה שמצאו עצמם מחלצים מטיילים שנלכדו על שרטון בנחל דרגה, עת היו בדרכם לקורס בדרום הארץ.

היחידה הוקמה לפני למעלה מעשרים שנה על בסיס חוליות חיפוש שהיה מוציא **דובק**, דב ויינשטוק ז"ל, סייר הקרקעות האגדי של המועצה האזורית. קבוצת מתנדבים שחברה אליו הקימה את גוף החילוץ הראשון שממנו התגבשה היחידה, ונכנסה תחת כנפי אגף הקהילה והמתנדבים של משטרת ישראל. **דני קלמן**, חברנו, היה מראשוני היחידה, מראשוני המתנדבים שהוכשרו

ביכולות טיפוס וגלישה, ומחלץ פעלתני וחושב שהרבה להציע פתרונות יצירתיים למצבים בעייתיים. חלק מהאמצעים שפיתח דני ויצר בתבונת כפיו, משמשים את מתנדבי היחידה עד היום. עד היום ישנה ביחידה נוכחות בולטת של תושבי ראש צורים, חניכיו ומגויסיו של דני, וביניהם **יוני סקמסקי** המשמש כיום כסגן מפקד היחידה, **אלעד לוי**, **יהודה שפירא** וכותב שורות אלו, ולאחרונה הצטרף גם **חננאל נויברגר**.

בעתות חירום משתתפים מתנדבי היחידה, במסגרת ארגון הגג של יחידות החילוץ בארץ, פירס"ט, גם באירועי חילוץ והושטת עזרה במצבי חירום בינלאומיים כגון רעידות אדמה, גלי צונאמי, מפולות שלגים ועוד. כך השתתפו מתנדבי היחידה בפעולות בהאיטי, בנפאל

לזכרו המבורך של חברנו **דני קלמן**, ממייסדי היחידה והרוח החיה בה במשך שנים רבות.

שעת לילה מאוחרת, נקיק בלב מדבר יהודה. שלישיית המטיילים, קפואים למחצה מקור ומלחץ, הצליחה סוף סוף ליצור קשר עם המשטרה ולהודיע על מצב החירום אליו נקלעו: הם איבדו את דרכם בנחל מנחלי המדבר, ולמעשה אין להם מושג היכן הם. מתנדבי יחידת החילוץ מיהרו למקום. שוב לבשו את החולצות הכתומות, עלו על הטנדרים והגיפים האזרחיים ויצאו בדרכים

המאובקות, המוכרות להם היטב. מראש נקודה גבוהה ושולטת ממנה נראים רוב נחלי אותו אזור במדבר בו שיערו המתנדבים שנמצאים המטיילים, נראה הירח זורח לאטו ומאיר את רמת המדבר המחרצת. לאחר מספר נסיונות הצליחו המתנדבים ליצור קשר עם המטיילים האבודים. הללו סיפרו סיפור מבולבל ומקוטע על קורותיהם באותו יום, לפיו הצליחו המתנדבים לשחזר באופן כללי את האזור בו טיילו. אולם כיצד יאתרו את המטיילים במדויק?

לאחר מחשבה הציע דני, מתנדב ותיק ביחידה, בעל מחשבה מקורית ויצירתית, פתרון: המחלצים יצרו קשר עם המטיילים וביקשו מהם לעמוד כשהירח הזורח בדיוק מאחוריהם ("בשעה שש" של

השעון הדמיוני שהם עומדים במרכזו). לאחר מכן ירו המחלצים זיקוק ירוק אל שמי הלילה וביקשו מהמטיילים לומר באיזו שעה של השעון ראו את הזיקוק. קבוצה אחרת של מחלצים ירתה מגבעה אחרת זיקוק אדום. בעזרת הצלבת שלושת הקווים שבין הירח ושני הזיקוקים הגיעו המחלצים לנקודה המדויקת בה היו המטיילים לכודים וחילצו אותם עד מהרה.

יחידת החילוץ עציון היא גוף התנדבותי של מחוז ש"י במשטרת ישראל, האמון על איתור וחילוץ אזרחים המצויים במצבי סיכון. מתנדבי היחידה עוסקים לאורך השנה כולה, לילות וימים, שבתות וחגים, בארבעה תחומים עיקריים: באיתור מטיילים ואזרחים שנותק עמם הקשר באזורי המדבר והשטח הפתוח, אך גם בשטח העירוני. בחילוץ אזרחים שנקלעו למצבי מצוקה



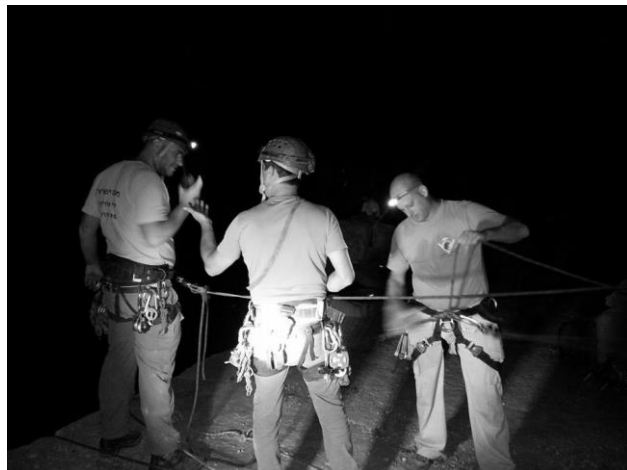
ובעוד מקומות מרוחקים, והצילו חיי אדם גם בארצות מרוחקות אלו.

ליחידת החילוץ עציון מאפיין ייחודי המבדיל אותה משאר יחידות החילוץ הפועלות בכל רחבי הארץ, והוא התמחותה המיוחדת בפעולות איתור. בגלל אופיו העירוני של נתח נרחב מהחלק בו פועלת היחידה, מרבית האירועים בהם נקראת היחידה להתערב הם לא אירועים בהם ידוע מיקומו של המחולץ ויש קושי להגיע אליו, כמו שפועלות רוב היחידות האחרות בארץ, אלא אירועים בהם יש תחילה לאתר את המחולץ ורק אז לחלצו. לצורך כך פותחו ביחידה, ובפורום חשיבה ארצי שמתנדבי היחידה



הם שותפים בולטים בו, שיטות וכלים המאפשרים עבודה מסודרת ומאורגנת שמביאה בדרך כלל לתוצאות.

לצערנו לא בכל המקרים מצליחים מתנדבי היחידה להגיע לנעדרים בטרם נפגעו, ולאחרונה נעשו מהלכים להכשיר את מתנדבי היחידה המתאימים לכך גם להתמודד עם מצוקות של מחולצים ומשפחות הנתונים במצבים קשים ומתמודדים עם בשורות קשות.



בכל פעולה מפעולות היחידה עומדת לנגד עיני המתנדבים סיסמת היחידה, שתבע המחלץ הראשון באזור גוש עציון, איש שטח נועז ומקורי ששהה הרבה באזור המדבר בואך עין גדי, התאפיין בהבנה מעמיקה של טבע האדם וחיבב את הצבע הכתום, דוד המלך: "יִקְרָאֲנִי וְאֶעֱנֶהוּ עֲמֹל אֲנֹכִי בְּצָרָה אֶחְלָצֶהוּ וְאֶכְבְּדֶהוּ" (תהילים: צא).

המתנדבים נענים לכל קריאה, שוהים עם המחולץ, משפחתו וסביבתו בצרה – ועושים כמיטב יכולתם לחלצו, באופן מכבד שאינו שופט אותו על הצרה אליה נקלע ובכך משמרים את רוחו של דני, שהיה נחלץ תמיד ראשון לעזרה והיה איש מלבב ומכבד לכל אדם.

גם קרוב יותר לבית מובילים מתנדבי היחידה פעולות חילוץ ואיתור בעלות פרופיל גבוה, ומביאים לידי ביטוי את יכולותיהם הייחודיות. כך למשל, היו אלה מתנדבי יחידת החילוץ עציון שהובילו את הטיפול בפרשת הנערים הנעדרים לפני כשנתיים, בשעות הראשונות לקבלת הדיווח, והם שהביאו את מרבית המידע המשמעותי בשעות הראשונות – כגון העובדה שנחטפו שלושה נערים ולא שניים, כפי שדווח לכתחילה,

איתור סרטון האבטחה בו נראה הרכב החוטף, הגעה לאחרונים שראו את הנערים ועוד. מן העבר השני הובילה היחידה, ערב פסח בשנה שעברה, אירוע מפורסם בו זיף בחור תושב באר שבע את חטיפתו באזור קריית ארבע. מתנדבי היחידה הם אלה שהביאו את המידע שהוכיח חד משמעית שמדובר באירוע שקרי. ומנגד, מדי בוא השלג מתנדבי היחידה הם אלה שמחלצים רכבים תקועים, מסיעים יולדות ומגיעים לנקודות יישוב מבודדות.

כארבעים מתנדבי ומתנדבות היחידה באים בעיקר מגוש עציון, אבל לא רק: ביניהם גם קיבוצניקים מצובה, תושבי מודיעין ומבשרת ירושלים, וגם ירושלמים. מתנדבי היחידה הם אנשי שטח בהכשרתם ובעיסוקם היום יומי, אבל לא רק: בעבר פעל ביחידה גם ראש ישיבה (הרב יעקב מדן) לצד חילונים גמורים, וביחידה עדיין יש מתנדבים ממגוון מקצועות חופשיים, אנשי מחשבים, אנשי אקדמיה, מורים ועוד. אבל דבר אחד מאפיין את כלל המתנדבים ללא יוצא מן הכלל: הם באים בכל מצב, בכל שעה, ותמיד ברוח אחת: התמסרות והתנדבות לטובת מטרת העל החשובה מאין כמוה: הצלת עוד מטייל, עוד נער אבוד, עוד קשיש.

פעילות היחידה ממומנת מתרומות ומתקציב משטרת ישראל. מתנדבי היחידה מתאפיינים גם ביכולת אלתור גבוהה המאפשרת ניצול מרבי של התקציב הזעום והכלים הבסיסיים. היחידה אחראית על כל השטח שבין נחל פרת מצפון ואזור ערד מדרום ומן הירדן ועד הים – כך שלמעשה בתחום פעילותה נופלים גם אזורים עירוניים נרחבים הכוללים את ירושלים ואת ערי מרכז הארץ.

היחידה מטפלת בעשרות מקרים בשנה, ומצילה בשגרה מטיילים, מתאבדים פוטנציאליים, אזרחים השרויים במצוקות נפשיות שונות ועוד.

הרב מרדכי ורדי

הדת-לאומי – אנחנו (ואני כולל את עצמי) פתוחים וצורכים תרבות של גויים ושל חילוניים בכל תחומי התרבות והאומנות למרות שהנחות היסוד שלנו בכל הנוגע לאמונה ומוסר, שונות בתכלית.

העניין הזה עולה על הפרק בחנוכה. החג שבו פרצו היוונים אל מרקם החיים היהודיים וניסו להטביע את היהדות בהלניזם. המלחמה הייתה מלחמת תרבות. המכבים שקראו "מי לה' אלי" מול המתיוונים שהחליפו את הזהות היהודית שלהם בזהות יוונית. יחד עם זאת התרבות היוונית השאירה חותם וסימנים בתרבות היהודית. אפילו המילה סנהדרין מצלצלת יוונית, ושמות חכמים כמו רבי אליעזר בן הורקנוס. חז"ל גם ראו בשפה היוונית את הקרובה ביותר ללשון הקודש, ודרשו על היוונים – "יפת א-לוהים ליפת וישכן באהלי שם".

על כן עבורנו חנוכה זה זמן בדיקה ומחשבה בכל הנוגע לגבולות החשיפה, לליווי של הצעירים במסעות התרבות שלהם, ובחידוד המודעות שלנו לפערי התרבות – ויותר מכל חנוכה זה זמן לעסוק בשאלה כיצד הבחירה להיות חשופים ופתוחים לתרבות חיצונית יכולה לחדד את הזהות שלנו ולא לטשטש אותה.

חנוכה הוא חג שמעורר דיונים שונים במגזרים השונים. אצל החילוניים זהו חג האור והנרות. הניצחון על היוונים וחנוכת בית המקדש לא נמצאים בסולם הערכים. אצל החרדים זהו הניצחון על הגויים וחזרה אל בית המקדש, והרבה דיונים מתעוררים על הידור מצווה ועל תוקפם של מנהגים וחגים שחידשו חז"ל. הדתיים הלאומיים הם היחידים שבחנוכה מעלים לדיון את שאלת האינטראקציה עם התרבות שמחוץ לגבולות התורה וההלכה. החרדים מעולם לא חשבו שיש להם צורך או אפשרות להתחבר לתרבות של גויים. יש להם אפילו קולנוע משלהם, הם צופים בו במתנ"סים ישובים על כיסאות פלסטיק וצופים בסרט שקיבל הכשר מטעם נשות חינוך – לסרטי נשים, ומטעם רבנים ידועים – לסרטי גברים. יש להם את המוזיקה שלהם, והספרות שלהם וכו'. החילוניים בכלל אינם מבינים מה הבעיה – הם אזרחי העולם הגדול ואין שום ניגודים וסתירות. היחידים שצורכים תרבות שעומדת בניגודים לתפיסות העולם ולאמונה וערכי המוסר שלהם עצמם הם הדתיים הלאומיים. גם בקרב הדתיים הלאומיים הקונפליקט כל כך קשה, שקם זרם חדש של החרדים הלאומיים שאחד המאפיינים המרכזיים שלהם הוא ההתנתקות מתרבות של גויים וחילוניים. בנוגע לזרם המרכזי של הציבור



שלמה ויסמן

מיומנו של רבש"צ

מעל הרפת ואנו נתקלנו באחד מהם. יישרנו קו ופתחנו באש מרובי ה-16M שלנו. הגנבים התחילו לברוח ואנחנו במרדף אחריהם. במקביל הגיע הצבא וביחד המשכנו את המרדף. הגנבים ברחו לכיוון נחליו, וחזרנו ליישוב ללא הצלחה לתפוס אותם. מוקדם בבוקר עם אור ראשון עברתי דרך הפירצה שהגנבים פרצו בגדר, לנסות למצוא משהו שאולי השאירו במנוסתם. להפתעתי לאחר כמה עשרות מטרים ראיתי פרה קשורה לעץ. המשכתי לסרוק ומצאתי עוד מספר פרות קשורות לעצים באזור, כמובן שהודעתי לצוות הרפת והחזרנו את הפרות למקומן. התברר שלגנבים הייתה שיטה לגניבת פרות, היו באים מספר גנבים ובטכניקה מסוימת העבירו פרה מעל המוטות של הרפת, קשרו לעץ וחזרו לקחת עוד פרות. במקרה זה מנענו גניבה גדולה של פרות והמרדף שכלל ירי, הביא לתקופה ארוכה יחסית של היעדר גניבות נוספות. עד כאן לעלון, המשך יבוא.

סיפור אמתי שהתרחש לפני כ-25 שנה. אני משמש רבש"צ היישוב שנים רבות. במשך השנים עברנו ביישוב אירועים רבים, למזלנו רק פליליים, שהסתיימו באובדן רכוש חקלאי שגנב, ובשנים האחרונות גם רכוש פרטי שגנב מבתי התושבים. היום נספר על אחד האירועים שלמזלנו נסתים בהצלחת הרכוש ובבריחת הגנבים. הייתה זאת תקופה קשה של פריצות ליישוב למטרת גניבות רכוש חקלאי כגון פרות, עגלים, עופות מהלולים, וגניבות במטעים של פירות וציוד. לאחר מספר גניבות של פרות (מרפת ג), הגברנו את הסיורים סביב הרפת והיישוב. באחד הסיורים שלי זיהיתי ראש של אדם בולט מאחורי טרסה. הבנתי שאנחנו לפני גניבה נוספת. כדי לא ליצור חשד שזיהיתי את הגנבים המשכתי את הסיור לכיוון היישוב, ובמקביל הקפצתי את כיתת הכוננות והודעתי לצבא, גם בשל החשש שאולי בכל זאת מדובר באירוע בטחוני. כיתת הכוננות התחילה לנוע בשקט ובזהירות לכיוון הרפת. הגנבים השאירו תצפית

אמת מארץ תצמח – נושא הקרקעות בראש צורים

התושבים לבעלות על האדמות, אולם הפסידו בבית המשפט הירדני לבני משפחת מורקוס שטענו שהמכירה (ל'הימנותא' – מ.ש.) בטלה. **בשנת 1969, בעת הקמת ראש צורים, נכלל ח'רבת זכריה בקרקעות שיועדו לראש צורים** (הדגשה שלי – מ.ש.), אולם בעקבות טענות של מוסלמים שמדובר באתר קדוש למוסלמים, הוחרג המקום משטח הקיבוץ.

בשנת 1980 פנו התושבים (משפחת ג'דאלה) לבג"ץ בטענה לבעלות על 700 דונם של אדמות באזור, אולם עתירתם נדחתה. באותה שנה כלל הכפר שבע בקתות¹. השערת ההיסטוריונים היא שהשם משמר את שמו של היישוב העברי "בית זכריה" מתקופת בית שני ומלחמות המכבים, בו ככל הנראה נערך קרב בית זכריה בשנת 162 לפנה"ס.

כמה נקודות לסיכום:

1. מדובר במחלוקת בדבר הבעלות על האדמות (בשונה משאלת הגבולות).
2. בשנת 1943 'הימנותא' קנתה ממשפחת מורקוס את האדמות.
3. בתחילת שנות ה-60 משפחת מורקוס (שעזבו בינתיים), חזרה וניהלה סכסוך משפטי מול עתאמלה ג'דאלה. משפחת מורקוס זכתה בבית המשפט הירדני, אך במשך השנים משפחת ג'דאלה המשיכה לערער על כך. הסכסוך

למרות שקיבוץ ראש צורים מתקרב לשנת ה-50 שלו, ממצב הקרקעות ומעמדם אפשר לחשוב שהוא מאחז בלתי חוקי. בתחילת נובמבר השנה נידון בבית המשפט המחוזי של ירושלים תיק הנוגע לקרקעות של ראש צורים. מדובר בתביעה של 'הימנותא' (חברת בת של קק"ל שרכשה בנאמנות קרקעות עבור העם היהודי בשנות ה-40 במאה הקודמת) נגד משפחת ג'דאלה, מח'רבת זכריה. כאן המקום לומר שכך אנחנו מכנים את מקום מגורם של השכנים שלנו – "ח'רבה", אך הם

קוראים למקום "Beit Iskaria" דהיינו "בית" ולא "ח'רבה". מי שלרגע מרגיש רגשי אשמה על כינוי גנאי זה ראוי שיחפש בגוגל **Beit Iskaria**, ויפגע קשות ממסכת השקרים הכתובים שם (באנגלית) גם עלינו. תרמו לכך נשים ללא גבולות וכן כל מיני ארגונים מארצות סקנדינביה.

למה 'הימנותא' תובעת את משפחת ג'דאלה? כי היא רוצה להשלים סוף סוף את הסדרת רישום הקרקעות שלנו, ויש התנגדות של הנ"ל. למען האמת, לאורך כל השנים יש ספקות לגבי מי באמת עומד מאחורי התנגדויות אלו – האם אלה הפלאחים הפשוטים שגרים בח'רבה, או שמא כוחות חיצוניים חזקים בהרבה.

אז מה הסיפור? גם כאן אני מציע לחפש בגוגל **ח'רבת זכריה**, באתר ויקיפדיה. שם נמצא קצה הקרחון של הסיפור.

"תושבי המקום היו אריסים שעיבדו את אדמות משפחת מורקוס שנמכרו לחברת 'הימנותא'". בעקבות מלחמת העצמאות וחורבן גוש עציין טענו

משפחת מורקוס היא משפחה נוצרית-ערבית מבית לחם שהחליטה להגר לארצות הברית. "הימנותא" קנו מהם קרקעות באמצע שנות הארבעים של המאה הקודמת. קרקעות אלו כללו את אזור חדר האוכל, דרך השכונה הוותיקה של הקיבוץ, כל מטעי הדובדבן וכל גבעת המועצה האזורית, המתנ"ס ובתי הספר. רבות מקרקעות אלו נמסרו למתיישבי עין צורים, ובתצהירים שונים העידו ותיקי עין צורים שעוד בשלהי שנות הארבעים עיבדו קרקעות חקלאיות בינינו לבין אלון שבות – עד לוואדי שלמטה (ממזרח לכביש המחבר בין אלון שבות לראש צורים של היום). במלחמת העצמאות מתיישבי עין צורים נלקחו בשבי, הכול נהרס, אך אריסי ח'רבת זכריה שבו למקום, וטענו **לבעלות** על השטח! בני משפחת מורקוס לא נותרו אדישים, ותבעו מבית המשפט הירדני בחברון לצוות לפנות את האריסים מאדמתם, ולהחזירה למשפחה. בית המשפט קיבל את טענותיה של משפחת מורקוס, וקבע שג'דאלה לא הציגו שום מסמך רלוונטי התומך בטענותיהם. ג'דאלה לא התייאשו, ובמשך השנים ערערו כמה וכמה פעמים.

צורים: העתירה נדחתה, מעריב, 7 בנובמבר 1980
שם מצוטטים גם עקיבא יעיר ושמוליק דרורי שלנו.

¹ בקישורית המופיעה בערך ויקיפדיה הנ"ל, יש כתבה מרתקת של העיתונאי אהרון דולב, **ראש**

ביניהם נמשך עד שהמושל הצבאי של האזור החיל מעמד של תפישה צבאית על קרקעות אלו.

4. ב-2005 'הימנותא' הגישה תביעה כנגד ג'דאלה. הקרקע נרשמה על שם 'הימנותא' בשנת 1994 אבל מדובר על כ-73 דונם בעוד ש'הימנותא' טוענת לבעלות על כ-500 דונם נוספים.

5. לדעת עורך הדין של 'הימנותא', "טענות ג'דאלה חסרות בסיס אבל כידוע בבית המשפט אין לדעת כיצד יוצאים."

למזלנו, בית משפט ירדני הוא שקבע שאין בסיס לטענות ג'דאלה, וכן שהסכסוך התברר כבר בבג"ץ ב-1980, אחרת – מי יודע לאן היינו מגיעים.

מתוך אתר הנצחה של בני גוש עציון:
ח'רבת זכריה - "כפר קטן על גבעה ברום 995 מ'. ממזרח לכביש שבין אלון שבות לראש צורים (נ.צ. 11617.1190). זהו כפר בת של ארטאס. רוב בתי הכפר בנויים על גבי מערות, בהן גם קולומבריום, ושרידים קדומים. מסגד הכפר, הנקרה נביזכריה, בנוי על שרידי כנסייה ביזנטית. פרטים ארכיטקטוניים ממנה שרדו בחצרו של המסגד ועל גגו. הכנסייה מופיעה כבר במפת מידבא. בסקר ארכיאולוגי נמצאו חרסים מן התקופות ההלניסטית, הרומית והביזנטית (עיקר הממצא), מימי הביניים והתקופה העות'מנית. בקרבות תש"ח במלחמת העצמאות היה במקום משלט חשוב ובו ישבה מחלקה של הפלמ"ח.

22 נובמבר 1980

ראש צורים:
„העתירה נדחית”,
פסק בג"ץ. וסיכל
נסיון ערבי „לספח”
אדמות בגוש עציון

סגנת הבעלות של איכרים קטאלנה אבד תאודר. תושב גוש עציון.
מבנה עד כה רצף סריסוריאלי בין ישובי הגוש וכן המשוב, התפתחותם

מאת: **אהרן דולב**
בית המעגל העליון.

הערב, יום שישי, 07, 1980



מה הקשר בין עקיבא אבלמן, לאה איילון, שלהבת איתם, רעות בלנק, אברהם ברנשטיין, שרונה גאדון, אורית גסנבאור, רעות ושדי, לביאה כהן, מיה מאירסון, מילו נויברגר ורעות שרלו?

כולם בני ובנות אלון שבות שגרים כיום בראש צורים.

למה ירדתי במשקל, הפסקתי לשמוע רדיו באוטו והתחלתי לחבק את הילדים?

ומדויק. במהלך המסע הזה עברתי שלושה חודשים וחצי של שינויים מפליגים ובהם למדתי:

להתחבר מחדש לעצמי, למי שאני מרגיש, למה שבאמת טוב לי. עכשיו אני יודע יותר טוב מה מתאים לי ומה טוב לי, איך להיות ואיך להתנהג עם עצמי ועם אחרים. למשל אם שאלתם למה ירדתי במשקל? בחלק הראשון התחברתי למה שטוב לי וכך התחלתי לאכול פחות ולהרגיש מה שאני אוכל, לאכול רק מה שמזין אותי וטוב לי, לאכול יותר לאט ויותר נכון ומודע. וכך זרקתי מהתפריט המון דברים שפשוט היו רעים לי, המון מתוקים ושאר זבלים. ככה פשוט. ככה טוב. אבל זה היה רק השלב הראשון. בשלב השני עברתי ריפוי מטרומה שחוויתי בילדותי בקיבוץ שהייתה קשורה לאוכל (להכריח לגמור מהצלחת הכול - הקיבוצניקים שכאן אולי מכירים את זה). כל החיים הייתי מודע לזה אבל לא חשבתי שזו טראומה ושה משפיע עלי, אבל במהלך המסע התברר לי שהגוף שלי חווה את זה כטראומה, ושה השפיע על כל צורת האכילה שלי. באותה שנייה שבה עברתי טיפול בטרומה הזו – כל הרגלי האכילה שלי השתנו, ותוצאה משנית של זה הייתה ירידה במשקל. בשמחה רבה ובקלות. לפעמים קוראים נסים כאלו.

למדתי להקשיב הרבה יותר טוב – להקשיב לעצמי, להקשיב לאחרים. לשמוע מה שהגוף שלי אומר לי ולסמוך עליו בזה, וגם להקשיב לאחרים באמת למה שיש להם להגיד ולא רק למה שיש לי להגיד בתגובה.

למדתי מחדש לחבק את הילדים שלי, כי למדתי כמה החיבוק הזה חשוב לי (ולהם), כמה עוצמה יש בו ואיזה כיף זה.

למדתי לתת לעצמי זמן ולא לברוח כל הזמן – לא לברוח לסמארטפון ולמייילים מהעבודה, לא לברוח לקריאת ספרים ולא לברוח לתכניות המוזיקה והחדשות ברדיו. פשוט לתת זמן לעצמי ולהתרכז במה שאני עושה. יש לי המון זמן באוטו (טרמפיסטים מוזמנים, כל יום להרצליה ובחזרה) ועכשיו אני מנצל את הזמן הזה לעצמי. איזה כיף זה להגיע הביתה רגוע אחרי נסיעה שבה הקדשתי זמן לעצמי, ורק לעצמי.

גם הבראתי – סיפור מדהים – מבעיה שהייתה לי בבלוטת התריס. בשנים האחרונות לא הייתי לגמרי מאוזן (ולא ממש חולה) ובלוטת התריס שלי עבדה שעות נוספות. במהלך המסע כשהתחברתי לעצמי מחדש ועשיתי עבודה רבה על מקומות פגועים וכואבים שבי, פתאום הרגשתי שאני חוזר לאיזון, בלי שום כדורים או תרופות. בבדיקות שעשיתי לאחרונה התברר לי שאני מאוזן לגמרי. זה לא אומר שאני כרגע בריא לגמרי וזה לא יחזור לעולם, אבל

הרבה אנשים שרואים אותי בשבילי הקיבוץ שמים לב שירדתי במשקל בצורה משמעותית (ליתר דיוק 20 קילו בשלושה חודשים) ושואלים אותי איך עשיתי את זה. התשובה הקצרה היא שזו תוצאת לוואי (נעימה מאוד) של תהליך נפשי שעברתי. התשובה המלאה ארוכה יותר ולכן חשבתי לכתוב אותה כאן ולנסות להסביר. בחודשים האחרונים עברתי סדנה מדהימה – **"המסע אל עצמי של ליאה ארז"**, ואני רוצה לספר לכם מעט על הסדנה הזו ועל מה שקרה לי בעקבותיה. הסדנה הזו שינתה אצלי המון דברים, הפכה אותי לאדם אחר מהרבה בחינות ונושא המשקל הוא הבולט חיצוני אבל ממש ממש לא הכי חשוב ולא הכי משמעותי. אזכרה – אני הולך לספר על מה שעבר עלי, אתם מאוד מוזמנים להצטרף למסע הזה, ובטוח שזה יועיל לכם וישפר את חייכם, אבל יש סיכוי נמוך שתרדו במשקל.

בואו נחשוב על החיים שלנו – יש המון דברים שאנחנו אוהבים, דברים טובים שאנו שמחים בהם מאוד. לצדם יש דברים, לפעמים רבים ולפעמים מעטים, שאנו רוצים לשנות. לדוגמה – היחס לילדים שלנו, היחס לגוף ולבריאות, הצורה שבה אנחנו מסתכלים על העולם, והקשר שאנו יוצרים עם הסביבה הקרובה והרחוקה שלנו.

בואו נחשוב למשל על מה שמכעיס אותנו – למה דווקא זה מכעיס אותי? אני מכיר את עצמי כבעל סבלנות רבה, ופתאום אני כועס מאוד ויוצא מהכלים בגלל דבר קטן? למה אני לא מצליח לעצור את הכעס? איך הכעס הזה משתלט עלי? ואיך בשביל להימנע מהכעס הזה אני עושה דברים מוזרים?

או שנחשוב לרגע על ההרגלים שלנו – למה אנחנו לא מצליחים לשנות דברים שמפריעים לנו במשך שנים? לא מצליחים לנסוע לאט, להפסיק התמכרויות לאוכל ולדברים אחרים, להפסיק לפחד מדברים שמרתיעים אותנו כל החיים ועוד. לא מצליחים להתחיל לחיות בהרמוניה זוגית, להפסיק לריב עם הילדים, להתחיל להתייחס יפה לגוף. מה שמדהים זה שיש הרגלים שאנחנו משנים ברגע, לעומת אחרים שאנו תקועים אתם שנים. למה? למה דווקא מהרגל מסוים אנו לא מצליחים להיפטר?

לי אישית שום דבר מהדברים הללו לא ממש הפריע, אבל **תמר** רצתה שאני אעשה את המסע ☺ אז הסכמתי. ואני מאושר מזה ☺☺☺

מה היה לי במסע הנפלא הזה?

המסע שעשיתי כלל 14 מפגשים קבוצתיים של 3 שעות בשעות הערב (יש גם סדנאות בוקר), יום שישי אחד ארוך, יומיים מלאים ומדהימים ביותר בטבע ואימון אישי צמוד

אני מרגיש שהפכתי לאדם חדש והרווחתי מחדש את עצמי ואת הקשר שלי לאנשים מסביבי, מהמשפחה הקרובה ועד לעמיתים בעבודה.

ומספר מילים למי שנשאר סקפטי – יש הרבה דרכים להבין מה לא טוב בחיים שלנו, אבל להצליח לתקן זה הרבה יותר קשה ואת זה בדיוק הסדנה הזו עושה בצורה מדויקת ומדהימה. אולי הסיפור שלי נראה מוגזם, אבל ראיתי את זה קורה לאנשים נוספים מסביבי, וזה מדהים. אתם יודעים שאני אדם לוגי ואין לי כוח ל"שטויות" ואין לי זמן לבזבז (מוזמנים לתפילות כשאני חזן...), ולכן תאמינו לי כשאני אומר – זה עובד! עובד מדהים! אם אתם רוצים לשמוע עוד פרטים או שאתם עדיין סקפטיים – תתפסו אותי לשיחה בחודשיים הקרובים, אחר כך אנחנו בהודו!!!!

נמסטה!

כנה שכר

מה בין קלוריות, מטבוליזם והשמנה?

ותעזור לגוף להתנקות משיירים הדבוקים במערכת העיכול. אך אם אדם אכל שוקולד המטבוליזם יהיה איטי. לשוקולד כידוע אין סיבים, הוא נהפך ישר לשומן והגוף לא פולט אותו החוצה. להיפך, השומן שבו יישאר וייאגר בגוף ויגרום להשמנה ולשאר נזקים. מכאן שהשמנה קשורה בקשר ישיר לחילוף חומרים.

אדם יכול לאכול קילוגרמים של אבטיח ולא להשמין. הרי אם נספור לפי קלוריות – יש באבטיח המון סוכר, וזה עלול להביא להשמנה, אך ההיפך הוא הנכון, אדם שעושה דיאטת פירות ירזה משום שהמים שבהם יוצאים והסיבים סופחים אתם פסולת, יש פעילות מעיים טובה וכן מתן שתן טוב.

פעילות גופנית היא טובה לא משום שהיא שורפת קלוריות, אלא משום שהיא גורמת למטבוליזם טוב, כלומר – ליותר שתן ולפעולת מעיים מוגברת. פעילות ספורטיבית מורידה את רמת הסוכר בדם ובשרירים אך לא מורידה במשקל, להיפך – בפעילות גופנית מסת השריר גדלה, השרירים מתנפחים. אנו רואים אדם ששוכב חולה במיטה במשך כשבועיים ומרזה. מדוע הוא מרזה? פשוט משום שמסת השריר שלו התדלדלה.

קצב חילוף החומרים בגוף הוא עניין גנטי, יש אנשים שיש להם מטבוליזם מהיר ויש כאלו שהמטבוליזם שלהם יותר איטי, אך אם אדם יאכל מזון אשר יגרום למטבוליזם מהיר לא תהיה לו עצירות והוא לא ישמין. מזון אשר גורם למטבוליזם טוב הוא כאמור מזון צמחי חי, לא מבושל, ומלא בסיבים, אלו הם כמובן הפירות והירקות. נקפיד להוסיף אותם בכמות נכבדה לתפריט.

זה כן אומר שעבודה אמתית ועמוקה יכולה להביא לשינוי משמעותי ועמוק גם ברמות שלא חשבתי עליהן. בנוסף זה מזכיר לי שוב שהבריאות שלנו מורכבת מאיזון מושלם של גוף ונפש, וכמו שמחלות וכאבים נוצרים כשהאיזון מופר, כך אפשר לטפל בהם על ידי החזרת האיזון. פשוט נפלא לדעת את זה ולראות את זה עובד. מהמסע קיבלתי גם סט מדהים של כלים שימושיים – מה לעשות כשאני כועס, מה לעשות כשאני מפחד, איך להתמודד עם תסכול, עם חוסר הצלחה, עם שינויים ועוד ועוד. את הכלים האלה אני מפעיל כל הזמן ונדהם בכל פעם מחדש כשהם עובדים. והכי מדהים – כל התהליך היה פשוט כף. היו גם קטעים קשים (הייתי ממש חולה כמה ימים) ומתסכלים (כשלא הצלחתי משהו), אבל היה תהליך מהנה מאוד עם קבוצת אנשים נפלאה. היה שלב שבו המפגשים הללו בימי ראשון בערב היוו את שיא השבוע.



כולנו גדלנו לתוך מושגי יסוד של דיאטות למיניהן. התזונאים יושבים ומחשבים עבורנו דיאטות שבהן כמה שפחות קלוריות, כי "כל המוריד קלוריות בתזונתו הרי זה משובח". הם אומרים שאם אדם אכל ביום 3000 קלוריות ושרף רק 2000 מהן – נשאר עודף, לכן אם תאכל פחות – תרזה. הם גם מעודדים אותנו לעשות ספורט אירובי משום שכך נשרוף עוד ועוד קלוריות.

אך מהי בעצם קלוריה?

קלוריה היא יחידת האנרגיה הנדרשת להעלות חום של גרם מים במעלה אחת. האם אנחנו בויילר??

המשקל שלנו איננו קשור כלל וכלל בכמה קלוריות נכניס או נשרוף.

משקל זו מסה ולא אנרגיה. לאטומים יש משקל וזו המסה, לעומת האנרגיה שאין לה משקל, ואלו הן הקלוריות.

אם אכלתי קילוגרם של חסה או קילוגרם של שוקולד – עליתי במשקל בקילוגרם אחד מכיוון שהכנסתי לגופי מסה של אטומים בצורה שווה.

משקל גוף קשור אך ורק לחילוף החומרים בגוף, כלומר – כמה הכנסתי לגוף וכמה לבסוף יצא בפעולת המעיים והשתן. זהו המטבוליזם.

כלומר, אם אדם הכניס לגופו חסה, המטבוליזם יהיה מהיר. החסה תצא מהר מהגוף (אחרי שהשאירה ויטמינים, מינרלים ועוד דברים טובים) ולא רק זה, בזכות הסיבים שבה היא גם תספח אליה נוזלים, רעלים ופסולת,

בואו לאילת, לאילת

מי שרוצה לטייל...

(1) נחל כסוי:

בדרך מהמרכז לאילת, או בדרך חזרה מאילת למרכז, חולות כסוי הם יעד שלא כדאי לפספס. מדובר בדיונה מרשימה, בעלת חול עדין ונעים, ומדרונות רחבי היקף אשר מזמינים אתכם לגלוש ולקפץ. יש אפשרות גם ללכת מסלול קצר של 2.5 קילומטרים, אידיאלי למשפחות.

המגיעים מדרום ייסעו בכביש "מעלה אילת" (מס' 12) היוצא מאילת צפונה לכיוון מצפה רמון דרך בקעת עובדה. נוסעים צפונה כ-50 דקות מרגע היציאה מהעיר לכיוון צומת שיזפון עד שמגיעים לשלט חום המורה ימינה לכיוון שחרות. כעת יש לפנות ימינה ולנסוע דרום-מזרחה עוד כ-10 דקות. מכאן מומלץ לאפס את הספידומטר ולמדוד 5 קילומטרים עד ההגעה לסימון שבילים ירוק בצד שמאל (מזרח) של הדרך. הסימון אינו ברור ומסומן על גבי שלט קטן לבן – שימו לב!!!

בדרך נחלף על פני סימוני שבילים בצבעי כחול, אדום, שחור ו"שביל ישראל", עליהם נפסח ונחנה את הרכב בצד הכביש, בסמוך לסימון הירוק, בצורה הבטוחה ביותר – הרחק ככל הניתן מהכביש. שימו לב! החולות נודדים ולכן לא ניתן לצפות מראש היכן רכב ישקע! אנא הפעילו שיקול דעת!

ביציאה מהרכב ליד הסימון הירוק יש להתחיל ללכת בעקבותיו (השביל ברור ונראה לעין). הטיפוס קצר ולא קשה ובסופו הדיונה תתגלה לעיניכם בצורה מפתיעה ומרשימה, שאי אפשר לעמוד בפניה... לאחר שנתגלגל ונשתעשע בחולות עומדות בפנינו שתי אפשרויות חזרה לרכב. האפשרות הראשונה היא לטפס חזרה על הדיונה ולחזור על עקבותינו בדרך בה באנו. האפשרות השנייה מעט ארוכה יותר, וכוללת הליכה קצרה לאורך הכביש. יש לחפש את הסימון השחור שמתחבר לירוק בראש הדיונה. הולכים על השביל השחור המשולב עם שביל ישראל כקילומטר וחצי עד החיבור לכביש בו נוכל לראות את רכבינו 800 מטר צפונה.



"בואי נמלט מן האספלט

ומן הערים המקומטות

בואי נמלט אל הלגונות השקטות

בואי לאילת, לאילת"

שיר יפה זה שנכתב על ידי ירון לונדון לפני חמישים שנה, ביטא את היותה של אילת בעבר עיר קטנה ומרוחקת, בירת השמש, עיר של חופים ומפרצים שקטים וקסומים. עיר של שקט ושלווה.

מאז נעשתה אילת עיר הומה ומלאת תיירים, חנויות ואספלט, אך עדיין יש מקומות שבהם אפשר להרגיש את האווירה המיוחדת של אותו חבל ארץ יפה ומיוחד: הרים סלעיים משוננים בשלל גוונים למרגלות מימי טורקזי שקופים.

לכבוד חופשת החנוכה שהפכה לחופשת אילת השנתית במגזר, רציתי להציע לכם כמה אתרים המתאימים לבילוי משפחות, שיתנו לכם במעט את הטעם המיוחד של היופי המדברי ההוא, עליו התרפק ירון לונדון בשירו.

המסלולים הם חלק משמורת הרי אילת.

זוהי

שמורה הנמצאת מסביב לעיר אילת, ומשתרעת מבקעת עובדה בצד המערבי, עד

בקעת תמנע בצד המזרחי ועד גבול ישראל-מצרים בדרום. שמורה זו ייחודית מבחינות רבות, קודם כל היא חלק מחצי האי סיני והנוף המתגלה בה הוא נוף הררי ומצוקי של הרי גרניט, חול וגיר היוצר פסיפס ייחודי של צבעים בעל סוגי סלעים נדירים.

כמו כן מי מפרץ אילת ייחודיים ושונים מאוד ממימי הים התיכון: כמעט אף פעם אין בהם גלים, והם שקופים לגמרי, ולכן מתקיימת בהם צורת חיים מימית ייחודית הנקראת אלמוגים, בהם חיים דגים ובעלי חיים ימיים נדירים וצבעוניים.

מי שרוצה לראות את האלמוגים...

את האלמוגים ניתן לראות בשחייה עם שנורקל (בחוף האלמוגים או בחוף המגדלור בדרום) או בביקור במצפה התת ימי, שם ניתן לראות את שוניית האלמוגים וכן את מגוון הדגים ובעלי החיים הימיים (כולל כרישים!) באקווריומים מלאכותיים.

ימינה, ובהתפצלות הדרכים ניקח את השביל הימני (סימון כחול). נחנה במגרש החניה לתחילת מסלול רגלי, ונלך מערבה עד לעמודים המרשימים הנקראים עמודי עמרם. נלך בדרך הנוחה לנו דרומה אל מפגש שבילים כחול-אדום. נלך בשביל האדום, עד למפגש שבילים, ירוק, אדום ושביל ישראל. אנחנו נלך בירוק, כעבור כ-200 מטרים נגיע למפגש שבילים ירוק-כחול. ניתן ללכת בשביל הכחול במסלול נהדר בנחל אמיר, אבל אנחנו נמשיך בשביל הירוק וכעבור 100 מטרים נגיע לתצפית מרהיבה ומכרה נוסף. נמשיך בשביל הירוק עד למפגש כחול ירוק ונחזור אל הרכב.

אפשרות ב: הליכה בנחל אמיר כרוכה בתוספת זמן של 3 שעות. המסלול בדרגת קושי בינונית. המסלול מהיפים ביותר בהרי אילת, אבני חול מפוסלות בפיסול טבעי מרשים, מפל יבש וקטע קניוני. רכב האיסוף יחזור להסתעפות הדרכים ויפנה ימינה, כעבור 2 קילומטרים יעצור בתחילת השביל הכחול. **אפשרות ג:** למתקשים בהליכה – עצירה וביקור בעמודי עמרם, וחזרה לרכב.

בכל המסלולים הנ"ל חובה להצטייד במפת סימון שבילים!!!

ומי שרוצה חוף ים...

בחוף הצפוני-מזרחי של אילת (ליד החוף הנפרד) יש רצועת חוף די ארוכה, פנויה מתיירות ואטרקציות. מקיפים את הלגונה או כותבים ב - waze החוף הצפוני.

נקודה ההתחלה היא על כביש 12 שנוסע מאילת למצפה רמון ליד הר יואש, בין הקילומטר ה-8 ל-9. מסלול הטיול שלפנינו מביא אותנו אל תצפית מרהיבה ביופייה על תהום עמוקה ועל מצוקי הגרניט התלולים של נחל גשרון. מהתצפית נמשיך להר יואש, מהגבוהים שבהרי אילת, לתצפית נהדרת מהפסגה.

גם מסלול זה מתחיל בכביש המערבי המוביל לאילת והוא משלב הליכה רגלית קצרה, נסיעה ברכב וטיפוס קצר.

המסלול מתחיל בתוואי הנחל ומסומן בסימון שחור, אך לאחר מרחק קצר השביל עוזב את הנחל שמאלה בעלייה לא ארוכה. חשוב מאוד לעזוב אתנו כי נחל גשרון, כשמו כן הוא, מגשר בין ישראל לסיני ושם לראשונה הוא חוצה למצרים. מטפסים עם השביל ומגיעים לתצפית גשרון היושבת על המצוקים הענקיים המתנשאים מעל נחל גשרון במקום בו הוא מתחיל להתחתר לעומק. מנקודה זו ניתן לצפות אל אבן גבול 87 אשר מסמנת את הגבול עם מצרים. מתצפית הגשרון, נפנה שמאלה בשביל הכחול המסומן גם בסימון שביל ישראל, ולאחר הליכה של כקילומטר נגיע חזרה לנקודת ההתחלה של השביל השחור, ולמקום חניית הרכב למרגלות הר יואש. על מנת לעלות לתצפית של הר יואש נפנה לשביל להולכי רגל שעולה מצפון ומסומן על ידי שלט בתחילתו.

(3) הר אמיר ונחל אמיר:

נוסעים מאילת צפונה בכביש 90. אחרי הכניסה לקיבוץ אילות בקילומטר ה-20 פונים בדרך עפר



נריה ואשר בן אבו

עולים חדשים

מעט זמן כי אנחנו לא מרבים להתעורר בבוקר ו/או לצאת מפתח ביתנו החמים (אלא אם כן ממש בא לנו דלעת ואז הולכים למכולת אם היא פתוחה). אבל כשההתרגשות נמוגה וכולם הבינו שמדובר בסך הכל בזוג מדהים, יפה תואר ומשכיל – החיים בקיבוץ חזרו למסלולם, ואפילו היו כמה שהעידו ששמעו פרה אחת מהרפת אומרת לחברתה "נו, שויין".

מה שעדיין לא חזר למסלול, או שאולי בעצם זה המסלול – הם האדיבות, החום וההזמנות הבלתי פוסקות לארוחות שבת. האמת היא שאנחנו לא נמצאים הרבה שבתות בבית (למה, לכם היו פנים להבריו להורים כשהייתם זוג צעיר ונייד?) והי, כשאנחנו כאן אנחנו לגמרי מופיעים בבית הכנסת ובסביבת פח הזבל! (כן, גם הרבה אוכל יש כאן ברוך השם). אז תודה לכולם על ההתאקלמות הלבבית, על החיוך, העזרה בכל פנייה (הו הפורום הקדוש!), ונתראה בע"ה בשמחות!

מה מסתבר? אנשים מחכים ברשימת המתנה כאורך גלות החרש והמסגר, כדי להתקבל לעוד רשימת המתנה, כדי אולי להצליח לשכור בית בראש צורים. וזה מוזר כי אנחנו, ירושלמים ותיקים



(שנה וחצי), חיפשנו בית נחמד בסביבות הבריה, פתחנו יד 2 והופ – "נריה! יודעת איפה זה ראש צורים?? נראה לי זה משהו בצפון שילה, לא?" והשאר היסטוריה. אז כנראה היה לנו מזל, ונחתנו בשמחה ובששון אצל לאה בריימן המקסימה, יחד עם החתול דייגו שעדיין מנסה לגור אתנו משום מה. כמובן שבהתחלה חיכו לנו משמרות של ילדים על יד הדלת שרצו לפגוש את הצלע המרוקאית של אנדרדוס פנים אל פנים. לצערם הם נאלצו לחכות לא

מזל טוב עם כניסתם לעול מצוות :

- ❖ לבת המצווה רוני נויברגר ולהורים מילו וחננאל.
- ❖ לבת המצווה רננה ארבל ולהורים אסנת ויואב.
- ❖ לבר המצווה איתי כהן ולהורים אודיה ואבי.

מזל טוב להולדת הנכדים :

- ❖ לרותי ודוד נעמן להולדת הנכד, בן ליהודה ומשכית נעמן.
- ❖ לאסתר קרנץ, להולדת נכדה רביעית בתוך חודש! בת לשרה ויהונדב וינברגר.
- ❖ לשרית ודורו שושהיים להולדת הנכד, בן ללביא והלל.

ברכות למיכל שאול עם זכייתה בפרס שז"ר על ספרה "פאר תחת אפר: החברה החרדית בישראל בצל השואה 1945-1961". פרס שז"ר הוא הפרס החשוב בישראל על מחקר בתחום ההיסטוריה היהודית. הפרס יוענק למיכל בבית הנשיא ויזכה אותה ואותנו בביקור מולדת.

בשעה טובה מיכאל פולק השתחרר מצה"ל. בהצלחה באזרחות!

עוד יישמע בהרי יהודה ובחוצות ירושלים :

- ❖ מזל טוב לאלמוג קלמן לרגל נישואיו לטל, ומזל טוב לתמי והילדים.
- ❖ מזל טוב לארי פרידמן לרגל נישואיו לשושנה. ארי הוא חייל בודד בראש צורים.

מזל טוב עם התרחבות המשפחה :

- ❖ לטליה ומתן ריבקין להולדת הבת מעיין פנינה.
- ❖ לאושרת ומשה נתיב להולדת הבת הילה.
- ❖ לתמרי ודוד שרמן, להולדת הבן ניצן.
- ❖ לרוויה ובני לוי להולדת הבן איתמר חן, ולסבא ולסבתא עקיבא ושרה יעיר.
- ❖ להילה ויאיר דה ליאון, להולדת הבן.

ברכות להלל שנדור, עם גיוסך לצה"ל. שיהיה לך גיוס קל ומשמעותי ושתחזור הביתה בשלום!



תודה רבה לבנות! הספסל יצא מקסים ושימושי!



במסגרת שנת בתי המצווה שאך זה החלה, עמלו **בנות שבט ניצנים** (אוטוטו מעלות) על הכנת ספסל ארוך לרחבת הכניסה של בית הכנסת, כתרומה לקהילה. את הבנות הנחו גילי קרמר וידין דיטור.



רחלי אבלמן

ביקשנו ממשפחות בראש צורים לענות בקלילות על כמה שאלות היכרות, והתוצאה לפניכם.

משפחת קרמר

היא

דפי לבית פורר (עדיין קוראת לעצמה פורר), בת 43.
גדלה בנחלים, בת שבת עצמאות בסניף נחלים, עובדת בבני עקיבא בירושלים.

אוהבת:
עוגות גבינה.



הוא

שי, בן 43. גדל במוזכרת בתיא, בן שבת עצמאות בסניף רחובות, עובד ב"פרינץ" קרית גת.

אוהב:
שוקולד.

ילדים זה שמחה

רועי (18), איתמר (15), אליה (13), אילת השחר (11), רוני (6).

מיקום ביישוב:

ב-32 ברחוב חלמיש, הבית עם התרנגול.

גרנו בעבר:

באר שבע ודרום אפריקה.

"מה הייתה השאלה?"

5. אילו יכולת להיות נוכח באירוע מהעבר של משפחתך? במה היית בוחר? **בעלייה לארץ של ההורים.**
4. יומן ממוחשב או יומן נייר? **שי – ממוחשב, דפי – ממוחשב ומגובה בנייר.**
5. ספר או סרט? **גם וגם.**
6. מה עדיף למצוא בבית, גיוקים או עכברים? **גם וגם.**
7. סטייק או לזניה? **מרק של דפי.**
8. קרוז באוניית פאר או טרק באלפים? **קרוז באלפים.**
9. דבר שלא הייתם רוצים שאנשי ראש צורים ידעו עליכם...? **דפי יכולה להשיג פרוטקציות בבני עקיבא.**

1. אילו היו כותבים ספר על חייך, מה היה שמו? **מטעמי המקרא.**
2. מה הדבר שמרגש אתכם במשפחה שלכם? **שכולם בבית.**
3. באיזו מדינה הייתם רוצים לבקר, ומדוע? **דרום אפריקה – טיול שורשים...**
4. איזו מתנה לא הייתם רוצים לקבל? **ביקור בית של מישהו שלא הצליח לעצור בירידה עם הבימבה...**

משפחת קלוטשטיין/גרינברג

היא

בתיה לבית גרינברג
(שמרה על שמחה), בת
34.
גדלה בבית עין,
לא כולם היו בבני
עקיבא,
עובדת בנגרייה בבר
גיורא.

אוהבת:
לקרוא, לצייר,
לראות סרטים.



הוא

אלי, בן 33. גדל
בירושלים, בן
שבט תקומה
בסניף מרכז,
עובד במקור
ראשון ובאתר
.nrg

אוהב:
לצפות במשחקי
כדורסל,
לקרוא, לכתוב.

ילדים זה שמחה
נעם (2.5), עמר (1.5).

מיקום ביישוב:
ב-32 ברחוב חלמיש, מתחת למשפחת אהרונוף.

גרנו בעבר:
ירושלים.

"מה הייתה השאלה?"

5. הודו והמזרח או אירופה וארה"ב? **בתיה: הודו.**
אלי: אירופה וארה"ב.
6. אוכל ביתי או אוכל קנוי? **אוכל ביתי.**
7. טוקסידו או טי שרט? **טי שרט.**
8. קיץ או חורף? **בתיה: קיץ. אלי: חורף.**
9. סמארטפון או טלפון קווי? **סמארטפון.**
10. דבר שלא הייתם רוצים שאנשי ראש צורים ידעו עליכם...
- בתיה: שאני בעד לגליזציה של גראס.**
אלי: שאני חולה על ספרי פנטזיה.

1. איזו מתנה לא הייתם רוצים לקבל?
בתיה: משהו שמישהו הוציא עליו יותר מדי כסף, והוא מיותר או מכוער בעיניי.
אלי: משהו יותר מדי מקושט, צבעוני ורועש.
2. אילו היית בונה את בית חלומותיך, באיזה חדר היית משקיע את עיקר מחשבותיך?
אלי: מטבח, זה מקום חשוב מהרבה בחינות. בתיה: מרפסת ומחסן.
3. מה החפץ הכי חשוב בבית שלכם?
אלבומי התמונות שלנו.
4. דמות אתה היית רוצה לעשות חברותא? למה?
אלי: ביבי, כי הוא איש חריף ומעניין.
בתיה: הרבה אנשים, בוב דילן, טולקין, שלמה קרליבך – אנשים שהייתה להם בשורה גדולה ויוצאת דופן.

קופסת הצרות – פרק ב

הוא הסמיק ונענע בראשו לשלילה. "לא הצלחתי להבין איך פותחים אותה כלל. היא הייתה יכולה להיות עשויה מקשה אחת באותה מידה".

היא נאנחה אנחה מוגזמת ונטלה את הקופסה לידיה. "הנוער של היום", אמרה בעודה מלטפת את העיטורים שעל פני הקופסה. "אם אין לזה מסך ואורות מנצנצים, אין לכם מושג איך להפעיל את זה". היא דחפה עיטור מגולף אחד לפה, סובבה עיטור שני לשם ולבסוף לחצה על כל העיטורים ביחד. הקופסה נפתחה בחריקה קלה.

כאיש אחד נשענו כולם קדימה והציצו לתוך הקופסה. "ובכן, זה קצת מאכזב", מלמל אדון שני. גבי לא יכול היה שלא להסכים, הוא ציפה להרבה דברים, מפה ישנה, או איזשהו שריד עתיק, אולי מפתח או אפילו אוצר. בתוך הקופסה נחו ארבע מעטפות נייר פשוטות. פרופסור מיכאל הרימה את המעטפות ועיינה בהן קלות. פיה נפער קלות בהפתעה. "כל מעטפה ממוענת לאחד מהנוכחים כאן". היא הושיטה לכל אחד מעטפה. גבי, שעוד הביט לתוך הקופסה כמצפה למטבע זהב קדום או שניים להתגלגל בתוכה, ראה בצמוד לאחת הדפנות פתק קטן. הוא הרים וקרא לעיני כולם מכתב ידו של סבא אברהם.

הדרך מתפצלת לארבעה נתיבים.

כדי להגיע לסופה יש ללכת אחת מהם בנפרד.

כדי להגיע אל היעד יש ללכת בכולם יחד.
הקאפיטל מתיישב.

"מה זה אמור להביע", גירד אדון שחור בפדחתו הנישאת. "מר אייזנברג תמיד חיבב את החידות שלו, ואני מעולם לא הצלחתי לפענח אותן".

הפרופסור נטלה את הפתק מידי גבי. "זה דווקא פשוט למדי. ב'ארבעה נתיבים' הכוונה לארבעתנו, יש לכל אחד מאתנו תפקיד, איזשהו יתרון שאמור לסייע בפתרון התעלומה הגדולה, ועל כולנו לפעול יחדיו". היא הצביעה על השורה התחתונה, "כאן הכוונה שהדברים יתבארו ככל שנתקדם בדרך".

"אני חושב שאת טועה", אמר גבי בשקט. "רק בנוגע לחלק האחרון", מיהר להוסיף למראה המבט בעיניה. "בכל פעם שסבא שלי ראה אותי הוא אמר 'ככל שאתה צומח ישר, כך אני מתקמט עקום'". שוב הוא חש את עיני כולם עליו. "אני חושב שהכוונה בסוף הפתק היא לסדר המעטפות. מתחילים – סלחי לי פרופסור – מהזקן וממשיכים במורד הגילאים". השתררה דממה שהופרה לבסוף על ידי האדון שחור. "מרשים מאוד".

"אכן", אמר האדון שני. "כל זה טוב ויפה וכן הלאה, אבל יש בעיה אחת גדולה", הוא הניד ראשו קלות לכיוון החלון שמאחוריו. "מה נעשה בנוגע לברנשים שמנסים לפרוץ לתוך הבית?".

בפרק הקודם קיבל גבי מכתב מסבו המנוח ובו שליחות לפתור תעלומה מסתורית ובעלת חשיבות. במכתב הנחה הסב את גבי לפנות לשלושה אנשים ולבקש את עזרתם בפתרון התעלומה. גבי הזמין את האנשים הללו לבית סבו בליל סערה, וכבר התיאש מבואם כש...

טוק־טוק. טוק־טוק. טוק.

גבי המופתע פתח את הדלת וגילה מעבר לסף מה שנראה כמו ערימה של מעילים נוטפים מים. "אתה מתכוון להזמין אותי פנימה, או שאתה מחכה שאצמיח כאן שורשים?", בקע קול נשי מבעד לשכבות הבד. גבי סר הצדה. "בוודאי, גברת...?". "פרופסור, נערי. פרופסור רות מיכאל, לשירותך".

גבי מצא עצמו אווז מעיל, צעיף ושכמייה רטובים, בעוד האורחת כסופת השיער התגלגלה למבואה ומשם לסלון. הוא תלה את הבגדים הנוטפים על המתלים במבואה ומיהר בעקבות הפרופסור לסלון, שם גילה אותה מעקמת אפה לעבר השולחן הריק. "נערי, ראוי להכין לפחות תקרובת קלה כשאתה מזמין אורחים לביתך". "הכנתי כיבוד", מחה גבי, "אבל היית אמורה להגיע לפני יותר משעה". "במזג אוויר שכזה, אתה צריך להודות על שבאתי בכלל, בחור", נחרה הפרופסור. גבי עמד להשיב, אך שוב נשמעו נקישות בדלת. "אלו בוודאי ש"יך־ש"יך. שחור וּשְׁנִי, נערי", הוסיפה למראה מבטו התמקם. "נו, למה אתה מחכה? גש להכניס אותם, אני אדאג לכיבוד".

גבי חשב לעצמו שהיא חשה יותר מדי בבית, אך ניגש להכניס את האורחים הנוספים. האדונים שחור ושני לבשו שניהם מעילי גשם חומים וארוכים.

"נעים להכיר, אבנר שני", לחץ את ידו גבר נמוך ועגלגל. "יגאל שחור, העונג כולו שלך", צחק לעברו גבר גבוה וצנום. "גבי, גבי הרפ"לד", השיב, תלה את מעיליהם לצד מעילה של הפרופסור והובילם לסלון.

האורחים החדשים התיישבו בכורסאות ומיד קמו מפני הפרופסור שנכנסה מן המטבח ומגש עוגיות בידיה. "רותי!", קרא האדון שחור. "מה שלומך? כבר מזמן לא נפגשנו". הוא רכן ונשק ללחיה בעוד האדון שני הניד בראשו בברכת שלום. "פרופסור", אמר, "שלומך טוב, אני מקווה?". פרופסור מיכאל הניחה את המגש על השולחן והתיישבה בעצמה. "שלומי טוב", השיבה לשני האדונים. "גבריאלי", פנתה לגבי, "למה שלא ניגש לעניין שלשמו התכנסנו כאן הערב, היכן הקופסה והמכתב?".

גבי עיווה את פניו, רק אביו קרא לו גבריאלי. זאת אומרת, כשהיה קורא לו. למרות זאת, הוציא את הקופסה והניחה על השולחן, ואת המכתב מסר לידי הפרופסור. היא קראה אותו מהר והעבירה לאחריים. "האם פתחת את הקופסה כבר, נערי?", שאלה את גבי.

פילה אמנון ברוטב פיקנטי עם ירקות / ישראל שניר

החומרים הדרושים:

6 חצאי פילה אמנון גדולים (ניתן לקנות ארוז בוואקום ללא עצמות).
מלח.
פלפל שחור.
פפריקה אדומה.
2 כפות שמן.
1 בצל גדול.
5-6 שיני שום.
4 פלפלים ירוקים בהירים.
2 עגבניות בשלות.
2 קופסאות רסק עגבניות קטן.
1/2 כף סוכר.
קצת אגוז מוסקט.
קצת רוזמרין.
קצת פלפל אדום חריף לפי הטעם (אפשר קצת סחוג במקום).
1/2 כפית אבקת מרק פרווה.
שתי תבניות אלומיניום 30X20 (נכנסות יחד על הרשת בתנור האפייה).
קמח (בפסח ניתן להשתמש בקמח תפוחי אדמה).
פפריקה אדומה.



להמליח, לשים פלפל שחור משני צדי הדגים ולהניח בצד.
לקצוץ את הבצל ולטגן אותו ב-2 כפות שמן במחבת עמוקה, להמליח ולטגן עוד עד שישחים.
לחתוך לקוביות קטנות את הפלפל והעגבניות ולהוסיף לבצל. להוסיף את רסק העגבניות.
לתבל: 1/2 כף סוכר, קצת אגוז מוסקט, קצת רוזמרין, קצת פלפל חריף או סחוג, 1/2 כפית אבקת מרק ומלח לפי הטעם.
לבשל כשבע דקות ולכבות את האש.
למעוך את השום פנימה ולערבב.
לחלק את הירקות בין שתי התבניות.

לשים בצלחת (או על שקית ניילון) שתי כפות קמח, כפית פפריקה אדומה וכפית מלח ולערבב את כל החומרים. להניח על התיבול את הדגים משני צדיהם ולנער. לשים קצת שמן במחבת ולטגן כל צד במשך 2 דקות.
להניח את הדגים על הירקות בתבניות ולשים על הדגים קצת ירקות. לאפות במשך 20 דקות בחום גבוה. להגיש חם.
ניתן להקפיא ולחמם במיקרוגל.

אופן ההכנה:

להפשיר את הדגים, לשטוף במים ולייבש.



הורים וחניכים אהובים, קהילה יקרה,

בתום תקופה ארוכה מלאה בפעולות, מסעות, התנדבויות, שבתות צוות, ישיבות צוות והמון המון כ"ף, אנחנו רוצים להגיד תודה...

תודה לוועדת חינוך על כל התמיכה, העזרה והפרגון לאורך כל הדרך.

תודה לעידית הקומונרית התותחית על כל העשייה למען הסניף.

תודה להורים על שיתוף הפעולה, האמון והזכות לעבוד עם ילדיכם.
וכמובן – לחניכים האהובים שלנו.

תמשיכו לצמוח, לשמוח וליהנות עם המדריכים החדשים!

בהצלחה רבה לצוות הנכנס, סומכים עליכם ובטוחים שתמשיכו את דרכנו בצורה מצוינת!

נראה בשבילים...

אוהבים

הצוות היוצא – נעם מילוא, שגב פינגאלד, ישראל מאיר הרשברג, רעות מילוא, שירה אברהם, נעם סימון, פנינה איילון, תמר יסלזון, ניצן שכטר וידידיה קלמן.

ישב"צ פתיחה עם הצוות החדש



ערב כישרונות בחסות צוות עשייה



שבת צוות אביחי-ציון



הרקדה לפתיחת חודש ארגון

