



גיליון מס' 18 • ינואר 2013 • שבט תשע"ג

מזל טוב! הבן הראשון של קיבוץ העוגן, אדם יונגרייס*, בן 70!
* בנם של שרה ונתן יונגרייס, אחיה של מרגה דה בריין

מתוך יומן של שרה יונגרייס:



1943.3.1

העולם מלא מאורעות כבירים, אבל אף אחד מהם לא נגע בי עד כדי כך, כמו המאורע הקטן בים המאורעות אך ה"מאורע הגדול" בחיי הפרטיים. אדם נשם בפעם הראשונה את אויר התבל הזקנה, המקולקלת,..... הוא עדיין לא הרגיש כלום מכל הרע הזה עטוף חיתולים לבנים ישן את שנתו השקטה.



תוכן העניינים

- 1 משולחן היור - אלון שפיצר.....
- 2 מי שמצביע משפיע - מיכה הראל.....
- 3 עוד על הפנסיה.....
- למה יהושוע סובול לא יורד מהארץ -
- 4 איילת שני, "הארץ".....
- 6 כוחו של החוק - ברטו משיח.....
- 7 יום מעשים טובים.....
- 7 ראוי לציון: אודי הראל.....
- 8 מרוץ רז - יעקב גוטרמן.....
- 11 שיר: שק לי איווט - בן עמי.....
- 11 מילות תודה - משפ' גולדברגר.....
- 12 מעגלים פינות (כמה שווה חבר טוב?) - חני הראל.....
- 13 שתי פנים לסיפור.....
- 14 ימי הולדת ינואר.....
- 14 פינת הבריאות: עלים לרפואה - נירה בן שבת.....
- 16 תקיפה מינית - רותי הילר.....
- 18 בי"כ בהעוגן? - נועם פואה.....
- 19 טיפ החודש: אייריש קרים - עדנה גולן.....
- 20 תשבץ.....

משולחנו של היור

אלון שפיצר, יור הקיבוץ

ימי החורף הגשומים תופסים אותנו בתקופה של סערה פנימית בנוגע להתחייבות לרישום משכנתא לטובת בנק איגוד על כל שטח המחנה, בשעת כתיבת שורות אלו אינני יודע מה יחליט הקיבוץ, אולם אני יודע שקליטת החברים החדשים הינה בראש סדר העדיפות, אני גם מודע לכך שהקיבוץ התחייב להעמיד את הקרקע כבטוחה למימון הבנייה, ושהשינוי בגישת המנהל לא קשור כלל להעוגן, המנהל זה רגולטור שמכביד ידו על ההתיישבות, במצב הזה אני כולי תקווה שהקליטה לא תיפגע.

שנת 2013 שזה אך נכנסה, מגלמת בחובה אי ודאות רבה לגבי ההתנהלות הכלכלית של המשק, הבחירות שבפתח רק מגבירות את אי הוודאות, אך עוד טרם תרד ממשלה זו מכס שלטונה, הכבידו שריה על החקלאות בייקור המים, העלאות מיסים ופגיעה במחירי החלב.

רפת חפר - הרפת מציגה תוצאות מקצועיות וכלכליות נמוכות, דרור סיים את עבודתו בריכוז הרפת, ואשר אלון תפס את מקומו, אני מאחל לאשר אורך רוח והצלחה, מחובתנו להתגייס ולמצוא את הדרך לשינוי המקצועי שיוביל כך את מאמין לשינוי כלכלי. לדעתי צריך לעבור לחליבה קונבנציונאלית, לבחון מה נכון מקצועית מבחינת סככות הגידול ותאי הרביצה, לצורך תהליך השינוי נצטרך להתקשר עם גורם מקצועי שיוביל את השינוי, דירקטוריון הרפת מחויב לקחת אחריות ולנהל את המהלך, מחובתנו ציגי העוגן לדאוג שכך יהיה.

"מהרסייך ומחריבייך ממך ייצאו", נכתב, אנו עדים מעת לעת לתלונות לרשויות, כנראה של חברים, אשר עלולים להביא את הקיבוץ למציאות של פגיעה קשה בנכסי הקיבוץ, אין מדובר במצב של התעלמות מהנדרש על מנת לעמוד בקריטריונים של רישיון העסק, אלא בטיפול בשלבים תוך שימוש במשאבים רבים.

מי שמצביע, משפיע

מיכה הראל

הבחירות כבר כמעט מאחורינו, אבל אישור תקציב הקיבוץ לשנת 2013, יקרה רק בשבועות הקרובים.

היות ומאוד חשוב(לדעת) שכמה שיותר חברים יהיו שותפים לעיצוב ואישור התקציב השנתי, אנסה להציג במאמר זה, את "תמונת המצב" והשאלות העיקריות, בהן צריך לקבל החלטות בעת אישור התקציב.

נפתח בהצגת תחזית סיכומי 2012, שנערכים בימים אלה, על סמך סיכום לא סופי, והערכות, הנהח"ש.

(הסיכומים הם במתכונת של תזרים מזומנים)(ואינם כוללים את התשלומים לקרן לעזרה הדדית).

הכנסות קופת הקיבוץ(נטו)(באלפי ₪)	
העברות מהמפעל	1,380
רווחי החקלאות	556
כל ההשכרות	2,318
מיסי החברים	1,799
משיכה מקרן הפנסיה	1,500
סה"כ הכנסות	7,553

הוצאות קופת הקיבוץ(נטו)(באלפי ₪)	
מנהל והנהח"ש	1,598
נוי	883
שיבולים, בריאות ורווחה	1,142
תשלומי פנסיה	1,926
מיסים, היטל ביוב ושונות	1,859
השקעות	962
סה"כ הוצאות	8,370

-817

סה"כ גרעון

הגרעון השנתי יסתכם בכ- 817,000 ₪. אך, הודות לפיצוי חד פעמי, עבור נזק לחקלאות של 1.3 מיליון ₪, השנה מסתכמת ברווח של כ 720,000 ₪.(מדובר בריסוס האמברזיות, לפני כמה שנים, שגרם לנזקים גדולים למטעים).

ומה צפוי לנו ב 2013?

- אין ספק שלא נקבל גם השנה פיצוי עבור נזקי טבע.... ועל-כן, יש לנקוט בכמה צעדי צימצום והתייעלות, על-מנת, לא לגלוש לגרעון.

- יתר על-כן, השנה תהיה, ככל הנראה, ירידה בהכנסות: הרווחים של המפעל ניכגועו, ויש חשש שההעברות מהמפעל ירדו. ואנחנו רוצים השנה, להתחיל ליישם את השייך בפועל, ולכן גם ההכנסות מההשכרות יפחתו.

- מה שברור שחייבים לשמור על איזון, ואסור לעשות גרעונות.**

הוועד, בסידרת דיונים, סיכם על מטרותיו העיקריות לשנת 2013, והן תוצגנה לאישור בפני הציבור.

המטרות העיקריות שגובשו הן:

- שיפור האיתנות הכלכלית של הקיבוץ.(על ידי הגדלת הכנסות וצימצום הוצאות).

- שיפור איתנות העוגןפלסט, על ידי הכנסת שותף למפעל.

- המשך תהליך הקליטה, הבניה והצמיחה הדמוגרפית.
- השלמת תהליך שיוך הדירות, והתחלת העברת חלק משכר הדירות המושכרות לבעלים המיועדים.

- טיפול בנושא הפנסיות(הגדלת ההפקדות, הגדלת הפנסיות? והרחבת הזכויות לפנסיונרים בעתיד, שלא נכללו בתקנון הפנסיה).

- תחילת העבודה בפרויקט שיקום התשתיות.

- שיפור האמון בין הציבור והמוסדות.

- טיפול אינטנסיבי בהקטנת חובות החברים.

חלק ממטרות אלה, אמורות להביא להגדלת הכנסות הקיבוץ, שיפור איתנותו, ויציבותו הכלכלית.

החלק השני, אמור ל"נער" היטב את כל סעיפי ההוצאות ולבדוק באילו סעיפים ניתן להתייעל ולהקטין את ההוצאות.

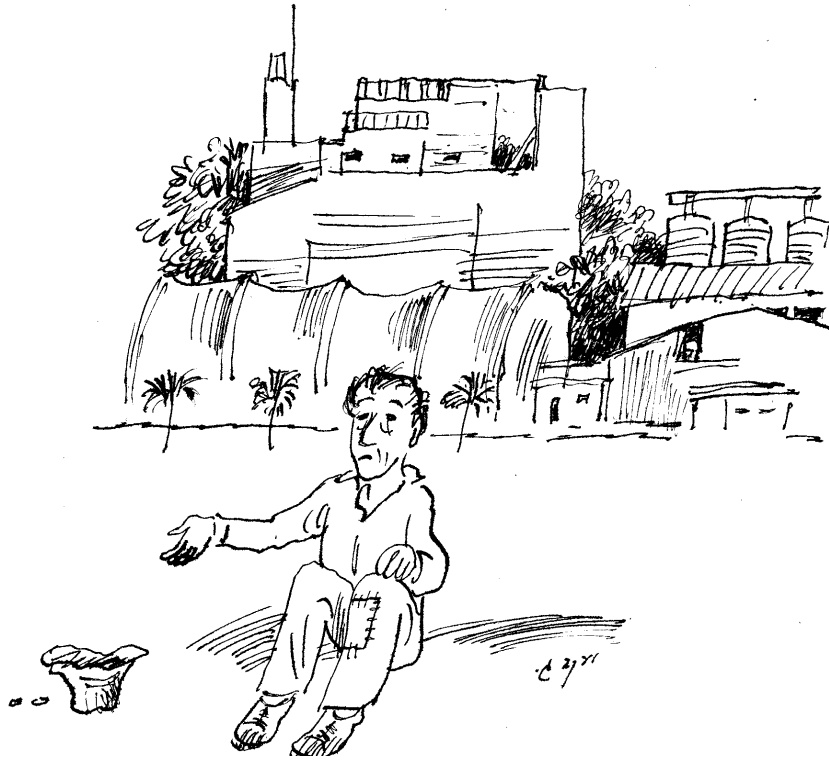
כמה הערות אישיות, בנוגע ל - 8 המטרות שהוצגו לעיל:

- הכנסת שותף למפעל זו מטרה בחשיבות עליונה: ללא שותף, לא יוכל המפעל להשקיע ברכישת קלנדר חדש, ולא יוכל להעביר סכומים ניכרים לקיבוץ למטרת הגדלת קרן הפנסיה.

- אם ברצוננו להגדיל את הכנסות הקיבוץ, המנהל העיסקי החדש יצטרך להתמקד באתגר זה,

- הוא יצטרך לטפל בהצלת הרפת, ולמצוא פרויקטים חדשים להשכרה.

גם אצלנו...)



- אם ברצוננו להתייעל ולהקטין הוצאות במיגזר החברתי, מנהל הקהילה יצטרך להתמקד בא-תגר זה. ואנחנו נצטרך להתמקד בהקטנת הגרעון בבית שיבולים, בהקטנת הגרעון בחינוך, בהקטנת הוצאות המנהל והנהח"ש, וב-מציאת פיתרון אפקטיבי לבעייה הכרונית: חובות החברים.

- אם מנסים לבחון, איזה סקטור הוא הפגוע ביותר מכחינה כלכ-לית, נראה לי, שדי ברור שזה הס-קטור של הפנסיונרים.

מסתבר, שלפי הסכום של תש-לומי הפנסיה בשנים אלה, קרן הפנסיה תספיק לעוד כ-3-4 שנים בלבד.

די התקציב, וכאמור, לא כל שנה מקבלים פיצוי על נזקים בחקלאות של 1.3 מיליון שח.... שנת תקציב מוצלחת.

יש סקטור של חברים בני +55, שהקיבוץ חייב להת-חיל לצבור עבורם סכומים להבטחת השלמת הפנסיה שלהם בעתיד, ולשנות את תקנון קרן הפנסיה בהתאם.

ורמת הפנסיה הנהוגה היום, היא נמוכה מדי: בעבר החליטה התנו-עה על רמת פנסיה מינימלית של 35% מהשכר הממוצע במשק(כ 3000 שח).

לפני שנה, החליטה התנועה, להמ-ליץ לקיבוצים לשאוף להגדלת הפ-נסיות, בהדרגה, לרמה של 40% מה-שכר הממוצע במשק(כ 3450 שח). היום כבר כולנו יודעים מה היא רמת הכנסה מינימלית למשפחה, וכל אחד יסכים, שזוג פנסיונרים המת-קיים רק מפנסיה וביטוח לאומי, חי ברמת חיים נמוכה מדי.

- והערה אחרונה: בתקופה כלכ-לית די קשה, אליה גלשה כלכלת העולם וגולשת כלכלת ישראל, אין ספק, שזה ישפיע גם על הכלכלה שלנו, ולכן, אני מציע, שנכניס לת-קציב הקיבוץ, גם רזרבה לביטחון, של כמה מאות אלפי שח.(הן ראיו, שלא תמיד מצליחים לעמוד ביע-

ועדת הכנסת ממליצה || בני ברק וגד ליאור

"להגדיל פנסיה לחברי קיבוץ"

לים על ידי הקיבוץ. ההפרשה לקרן תהיה שמית והקיבוץ יפריש אליה סכום מינימלי עבור כל חבר. הוועדה המליצה גם לאפשר פתיחה מחדש של "קופות גמל עמית קיבוץ" (מכשיר פנסיוני לחי-סכון ארוך טווח נגד ההתחייבויות הפנסיוניות של הקיבוץ לחבריו. המכשיר בוטל ב-2008, ב.ב.). יו"ר הוועדה, ח"כ אילן גילאון, אמר כי לא מדובר בחקיקה אלא בהמלצות. הוא הוסיף שאם יתב-רר שאין התקדמות בהידברות בין הקיבוצים, משרדי הממשלה ושאר המוסדות הרלוונטיים, תשקול הוועדה לפנות לחקיקה.

"יש להגדיל את הגימלה הפנ-סיונית לגימלאי הקיבוצים ל-40% לפחות מהשכר הממוצע במשק". כך ממליצה ועדת המשנה של וע-דת העבודה והרווחה של הכנסת. כיום עומדת פנסיית המינימום על 35% מהשכר הממוצע. עוד קובעות ההמלצות כי כל קיבוץ יבנה תוכנית ארוכת טווח לכיסוי חובו האקטוארי לחבריו, ובמקרה של מימוש נכסים תינתן קדימות לתשלום פנסיה. עוד הוחלט ליצור כלי פיננסי ייחודי, שייתן מענה לצורכי הפנסיה של הקיבוצים ותינתן בו האפשרות להפקדת סכומים חד-פעמיים גרו-

קטעים מתוך:

"למה יהושע סובול לא יורד מהארץ"



לא ממש מודעים לזה, שיהדות העולם כבר על סף אי־הזדהות עם ישראל, וכאן מטפחים שאננות, על סיפון הטיטניק.

האם משבר המנהיגות גרם לכך שאף אחד לא מוכן לה־צהיר או להתחייב, או שלא צומח פה מנהיג בגלל שאף אחד לא מוכן להגיד שום דבר נחרץ.

אני חושב, כמו שמרקס אמר בשעתו, שהמציאות קוב־עת את התודעה ואנחנו במציאות של עם כובש ששולט בעם אחר ומרוויח מזה. המתנחלים חיים ונהנים על חשבון עם אחר. אנשים אומרים לעצמם - מה רע? מעמידים פנים שהבעיה לא קיימת. כל מי שנמצא מערבית לקו הירוק ומצביע בעד הימין, בעצם מעניק את קולו, כספו ומסיו למי שחי ממזרח לו. זאת החלוקה. אנחנו חיים ב"מגזרקרטיה", כל מגזר סוחט כפי יכולתו והמגזר הזה של המתנחלים הצליח להשתלט על התודעה ועל הקופה ועל כל מה שישראל יכולה להעמיד לרשותו.

אתה חושב שזה אבוד?

לא. אני חושב שיגיע משבר קשה מאוד, שמסתמן עכ־שיו, כי לעולם נמאס להיות מאוים מזה שמהמזרח התיכון

מאת איילת שני, "הארץ"

יהושע סובול, 73, מחזאי וסופר.

מה שלומך?

יחסית בסדר.

יחסית למה?

יחסית למצב המדינה.

תסביר.

אנחנו נמצאים במטוס שהטייסים שלו חטפו ורטיגו. נדמה להם שהם נוסקים אבל למעשה הם צוללים לאד־מה במהירות מסחררת. בדרך כלל זה נגמר באסון.

איך אתה רואה את האסון?

אני רואה שמדינות העולם רוצות לנקוט צעדים נגדנו. הן כבר התחילו לרמוז מה הן רוצות לעשות. יוחזרו שגרירים, אחר כך ייקטעו הסכמים מסחריים, אולי סנקציות נוס־פות בדמות דרישה שישראלים יצטרכו ויזות כדי להגיע לאירופה, עד להטלת חרם ממש על המדינה. היו מק־רים כאלה מעולם. בביקורי האחרונים באנגליה ובארצות הברית שמעתי ביקורת חריפה מאוד על ישראל. אנחנו

העמידה של ביבי מול אובמה - שרם עמנואל חשף - היא בדיוק זה. הישראלים הרי שבעו נחת מזה שביבי כאילו הראה לו מה זה. רם עמנואל מספר שאובמה אמר שיש פתרון, שתי מדינות, גבולות '67, ואז ביבי אמר לו שהוא לא מבין כלום. התנהג בעזות מצח. כי בראש של ביבי היתה המחשבה שהחבר שלו רומני הולך לקחת את המדקום של אובמה בקרוב. כן. הוא הסתכל על אובמה וחשב "מי אתה בכלל? אנחנו תיכף נוריד אותך". אדלסון השקיע 150 מיליון דולר ואנחנו נעיף אותך מהבית הלבן. אלו המחשבות שחלחלו לו בראש. אני בטוח. כמחזאי, אם הייתי צריך לכתוב את זרם התודעה או את הדיאלוג הזה, זה מה שהייתי כותב. והתכונה הזאת חדרה אלינו כי אנחנו מתהלכים עם תחושת העם הנבחר....

...אני חרד לגורל ילדי ונכדיי, לא הייתי רוצה שהקנאות היהודית תהפוך אותם לפליטים של חורבן.

בכפר שגדלתי בו, תל מונד, לא היתה אווירה של התנשאות ועליונות, היו יחסים טובים עם הכפריים הערבים. זאת היתה חברה מאוד אנושית. אנחנו יכולים להיות אחרים. והארץ הזאת יכולה להיות אחרת. וזה הכל נובע מהיחס לאחר. לוינס ביסס את כל תורת המוסר שלו על היחס לאחר. הציווי "לא תרצח" לא כתוב רק בתנ"ך, אלא על המצח של הזולת. אנחנו הידרדרנו. הפכנו לחברה קשה כאבן. באיזו קלות הורגים. הראי שלנו הוא חמאס. אם אנחנו רוצים לראות איך אנחנו נראים, אנחנו צריכים להסתכל על חמאס. אנחנו בראנו אותו. את הגולם הזה. בראנו חברה פלסטינית שמערכת לאומנות ודת, שדורשת זכויות על הארץ כולה, בשם הדת, ושמתבססת רק על כוח. ובתוכה היא אכזרית כמו שאצלנו היו רוצים להיות ועדיין יש לנו עוד כמה מעצורים. האלימות המילולית בתוך החברה הישראלית, אם אני לוקח את הטוקבאקיסטים ואת ההתבטאויות של הימין כלפי השמאל, זאת שפה אלימה ממש כמו גרירת הגופות ברחובות עזה. כשראיתי את התמונות ההן אמרתי - אני מסתכל בראי. מה שהם עושים לאחיהם, זה בעצם מה שאנחנו עושים להם. אנחנו מתייחסים אליהם ככה. הרשינו לעצמנו. תראי את העניין הזה של הקלוריות. ישבה חבורה שלמה ותכננה הקצבה קלורית לעזה.

זה באמת, אחד לאחד. מצמרר. הטריף אותי איך הם לא קלטו את זה.

מפני שהתחוללה פעולה ויראלית. הווירוס שחדר בגטו פועל עכשיו בנפשות שלנו. ראיתי סרט של הבמאי הדוד קומנטרי דוד אופק על מדיניות הכנסת המזון לעזה. בשלב מסוים אסרו הכנסת קיווי לעזה. ספקי הקיווי שאלו למה. התשובה היתה "ששוביו של גלעד שליט לא יאכלו קיווי מעל ראשו והמיץ יספסף עליו".

(המשך בעמוד 6)

תגיע מלחמה שתבעיר את כל העולם. אם הייתי אנגלי או צרפתי או אמריקאי, לא הייתי מוכן שהחיים שלי יאוימו בגלל איזו גבעה מחורבנת ממזרח לירושלים. ברור לי שככה הם רואים את זה, והם צודקים, הם מבינים יפה מאוד שישראל יכולה להתקיים בביטחון גמור בתוך גבולותיה. לעולם נמאס לשרת את האינטרס של 300 או 400 אלף איש שמשגעים את כל העולם.

עברו בראשך מחשבות לעזוב את הארץ?

האמת שלפעמים כן. אבל אני לא יכול להרשות לעצמי מי לעשות את זה. זה לא הגיוני, מה שאני אומר עכשיו. ההיגיון אומר לך שמושכים אותך לכיוון של אסון. אבל הושקע פה כל כך הרבה, שאי אפשר להפקיר את זה, לוותר עכשיו, להסתלק מכאן. להסתלק מכאן זה להפיקיר את כל המעשה הזה שנעשה בידיים בלתי אחראיות שיביאו חורבן, בביטחון גמור. זאת הסיבה היחידה שאני נשאר פה. ודווקא משום שאני שייך למיעוט, שכל קול בו הוא חשוב, אני מרגיש אחריות.

מה עוד קושר אותך לכאן?

ראשית כל אני אתאיסט. כל הצידוקים להיותנו כאן מטעמי רצונו של הקב"ה הם כקליפת השום מבחינתי. אז אני צריך להסביר לעצמי למה אני כאן.

ומה אתה אומר לעצמך?

שהמקום הזה, בסופו של דבר, הציל את משפחות הוריי. הם ניצלו הודות לזה שהם היו ציונים. משפחת אמי ברחה מפוגרומים ב-22, ומשפחת אבי עלתה מפולין ב-34 כי הם הבינו שהקרקע בוערת מתחת לרגליים וצריך להסתלק. אז הזיקה למקום הזה היא היסטורית, כי הוריי היו אתאיסטים כמוני. המעשה שהם עשו, לבנות מקום, זה הציל אותם והציל את חייהם ואני מרגיש שאני חייב להמשיך את מה שהם עשו.

זיקה של הכרת תודה.

כן. אפשר להגיד. ואני אגיד לך משהו נוסף. אני חושב שיש לנו מחויבות להוכיח שיכולה להיות יהדות לא קניבית לית וללא פראיית ולא גזענית. זה בעצם מאבק על הצלת היהדות מידיהם של טורפיה. כשאומרים מהרסיך ומחריבך בין ממך יצאו, אני רואה את האנשים שמתיימרים לשאת את דגל היהדות והם מחריביה בעיני. ואני רואה את התפקיד של אנשים כמוני להציל מידיהם את היהדות, להוכיח שהיא לא חייבת להיות פראות טבטונית.....

...מה נכלל בפתולוגיה הישראלית?

האמונה בכוח. האטימות לגבי האחר. התנשאות. וכל זה מעורב גם בעיוות של היהדות. דתיות פרימיטיבית, סלקטיבית, שלוקחת מהדת רק את מה שנוח לה, רק את "ידנו תהיה רמה בגויים". מין גסות כזו, כוחניות, התנשאות.

מה?

בחיי. יש סיפור עוד יותר מחריד. יבואן עזתי של בשר ייבא 500 עגלים מאוסטרליה לקראת עיד אל-פיטר. במחסום הודיעו לו: "לא מכניסים עגלים לעזה". מגדל בקר ישראלי בדרום הציע את המכלאות שלו, עד שיגיע האישור. פרקו את העגלים אצלו. עברה שנה. העגלים הפכו לפרים אדירים. בגיל שישה חודשים הם הגיעו לבגרות מינית. באין פרות בשטח התחיל שם אונס קבוצתי של פרים על ידי פרים.

כמו בכית הסוהר, הם אנסו את הפר הכי חלש. בבוקר החוואי היה מוצא אותו מת. ככה מתו 25 פרים. אחרי שנה פתאום הסירו את האיסור, והעבירו את הפרים האלה לתוך עזה. וזה בדיוק הפרצוף שלנו. התעמרות. לא עומד מאחורי זה שום דבר אחר. הפרים הדורסניים האלה שיקפו לי תמונת מצב. מהי ישראל היום. הסתכתי לתי והתפלצתי. שום מחזאי או קולנוען אבסורד לא היה ממציא משהו כזה....".

כוח של החוק



רך בשמירה על חוקי המדינה. לעיתים מחוסר מחשבה עוברים עברות. דוגמא בולטת היא חתימתם המשותפת של צוות הניהול על עיקול דמי שכירות מכנים שירשו את דירת הוריהם. חוק הירושה תשכ"ז-1965 רואה בכך עברה גסה על זכויות היורשים ורואה בכך עברה על החוק. די אם היורשים יפנו לבית המשפט, כדי להוקיע את העברה הגסה. עברה אחרת היא עיקול הרנטות מחברים ניצולי שואה. צעד זה החל בינואר 2009, עם תחילת תשלומי הפנסיה לחברים. היוזם היה נפתלי בן סירא. כל פניות החברים בעניין, לא זכו לתשובה המתבקשת מחומרת הנושא. וזה נמשך כשנתיים, עד שהתבונה ניצחה את היצר הרע. נזכור, בממוצע, מכל ניצול-שואה עוקלו כ- 20-40 אלף שקל. אין לי ספק, שכספים אלו יוחזרו לבעליהם, בדרך זו או אחרת. חוק נרדפי הנאצים התקבל ב-1957, ונשמר באדיקות, ואפילו המדינה אינה רשאית לעקל רנטות מניצול-שואה שחייב כסף. חשוב להדגיש כי גם במקרה זה נעשתה עברה על החוק.

בשני המקרים, הסיבה המוצהרת מצד מנהלי הקיבוץ, הייתה הצורך להבטיח תשלומי פנסיה. די אם נזכיר את אי היכולת לגבות חובות מחברים בסדר גודל של הרבה רכבות שקלים. פרשה הנמשכת שנים רבות אך ללא הצלחה בפתרונה. פרשה זו, לא רק תפתור את בעיית הפנסיה, אלא, גם בעיה מוסרית. אין ספק, כי אם הייתה נוכחות של מבקר פנים במועד המתאים, לא היה מתרחש כל הלכלוך הזה.

לסיכום: הגישה של התייחסות בקלות ראש לחוקי המדינה, עלולה ליצור בעיות קשות ליחידים ולקבוצות. יש לקיבוץ עורך דין קבוע מזה שנים. עליו לפקוח עיניים ולהזהיר מפני עברות שלעיתים גורמות לבעיות כספיות ומוסריות.

ברטו משיח

אתחיל עם הערתו של מזכיר הקיבוץ- אלון שפיצר, בסקירתו השנתית, ואני מצטט: "יש לנסות ללמוד מכש-לונות". לדעתי הערה חשובה יותר תהייה: כיצד להימנע מכשלונות! אחת הדרכים שהוכיחה את עצמה בקיבוצים, הינה מינוי של מבקר-פנים. מבקר, בעל כישורים וניסיון, ומקצועי בתחומו. אינני מתכוון לבחירה של חבר או חברה, שכל נסיונם מסתכם בלהיות מקובלים בחברה. זה חשוב אך לא מספיק....

הצורך במבקר פנים, הוזכר כבר בעבר פעמים רבות, אך משום מה לא זכה להתייחסות הנדרשת. והכוונה לצו-

יום "מעשים טובים"

5.3.2013



ראינו לנכון לנצל יוזמה של עמותת "רוח טובה" ולקחת חלק ביום המעשים הטובים הבינלאומי שיתקיים בתאריך 5.3.2013. ולהקים ספריית ילדים במבנה שליד מגרש השעשועים.

בחרנו לקרוא לאירוע בשם "מתנת הסבים לנכדים" ובתוכנית שני שלבים:

בתאריך 22.1.2013 (יום הבחירות)

ביום זה, בשעה 9:30 בבוקר, ניפגש סבים והורים להתחלת הפינוי של הבניין, לשיפוץ ראשוני, טיפול בקירות, ברשתות, בדלתות, נכין גינה נחמדה ועוד.

באותו היום נקנח בפיקניק על הדשא של מגרש השעשועים - ילדים, סבים והורים.

קיים צוות להכנת השיפוץ וצוות להכנת הערב. לפני כל פעילות נודיע מה להביא ולאו.

בתאריך 5.3.2013

בשעה 16:00 ניפגש במועדון לחבר - הורים סבים וילדים - לחוויה "ספרותית" והפעלה. ביום זה נבקש להביא לספרייה המתארגנת את כל שביכולתכם לתרום כמו:

ספרים, חפצים, כריות, מרבדים, מנורות וכל שיאפשר מרחב הולם לספרייה חמה וחכמה.

סבתות, סבים הורים וילדים מוזמנים להתנדב בחום, לתת באהבה ולשמוח ביחד.

כל המבצע בהתנדבות, למעט השתתפות קטנה של עמדת רוח טובה.

להתראות - הצוות המוביל:

ליך גל, מרסיי גולן, שירה אפרת, נעמי מילה.

ראוי לציון

אודי הראל זכה במלגה מטעם עמותת גדעון, עבור עבודתו בפרויקט עבודה חינוכית טיפולית עם קבוצות ילדים אתיופיים במועדונים של מקסם בשכונות של חדרה.

המלגה ניתנה כאות הוקרה לאודי, על כי דרך הקצב והמוסיקה הוא הצליח לרכוש את אמונם של הילדים, תוך שהוא מפתח את היכולות שלהם, מחזק את בטחונם העצמי ומעצים אותם. עבודה זאת נעשית תוך כדי עבודה יצירתית מהנה.

יש כוונה לפתוח קבוצות טיפוליות נוספות לבני נוער בוגרים יותר מהמושבים והשכונות באזור.



מירוץ



חרס דביקה שהקשתה עד מאוד על הרצים, ותוצאות המירוץ היו בהתאם.

קבלת הרצים נערכה במסעדת נחליאלי שבקיבוץ מעברות, שם חולקו ערכות המשתתף ושתייה חמה לחימום הרצים.

ב-08:30 זינקו רצי ה-10 ק"מ במסלול יפה לאורך טיילת אלכסנדר עד גשר הצבים, ומשם בדרך שאינה סלולה לאורך הנחל.

יעקב גוטרמן

מירוץ עמק חפר נערך ביום שישי ה-14.12.2012, לאורכו של נחל אלכסנדר.

לאחר מספר ימי גשם רצופים במקום, הפציע יום השישי ללא ממטרים אבל עם מסלול בוצי בחלקים מסוימים.

תנאים לא פשוטים לרצים: הנעליים התמלאו באדמת

עמק חפר

ע"ש רז גוטרמן, 2012



5 דקות אחריהם זינקו רצי ה-5 ק"מ ולבסוף יצא גם מקצה הילדים ל-2 ק"מ.

מספר שלוליות שהיו בנתיב הריצה כוסו בלוחות עץ במהלך הלילה שלפני, וכך יכלו הרצים להמשיך בנעלים יבשות.

רבים מהמשתתפים הם תושבי האיזור שזה מירוץ הבית שלהם, רצים אחרים שלמדו לאהוב את המירוץ (המשך בעמוד 10) הגיעו גם ממרחקים.

(המשך מעמוד 9)

תורג'מן עשה רבות בהכנה למירוץ. איגור גם השתתף וניצח במקצה ה-5 ק"מ. סגן ראש המועצה אלדד שלם נכח במקום והשתתף גם הוא במירוץ.

בירות חולקו חינם למסיימים, כמו כן הוגשו עוגות, כננות, ותפוזים. משתתפי המירוץ קיבלו חולצה איכותית מנדפת זיעה.

מירוץ עמק חפר הינו חידוש מירוץ רז גוטרמן, שהיה מי-רוץ למרחק חצי מרתון שנערך בעבר הלא רחוק בעמק חפר.

בימיו היפים במירוץ רז השתתפו בו למעלה מ-1000 רצים, רובם תושבי האיזור, שבאו לכבד את זכרו של לוחם סיירת גולני שנפל בימיה הראשונים של מלחמת לבנון הראשונה בקרב על הבכפור, עם עוד חמישה ממפקדיו וחבריו.

מירוץ רז נערך במתכונתו הקודמת במשך כ-10 שנים, עד 1998.



טקס הסיום התקיים במועד המתוכנן, ובו חולקו גביעים ומדליות למנצחים השונים. שמפניה חולקה למנצחי המ-צים ונשפכה לצהלת המשתתפים.

הכרוז אדם גל הקריא את שמות המסיימים ואח"כ את שמות הזוכים, לקול תשואות הקהל.

בטקס נשא דברים סגן ראש המועצה אלדד שלם, שהב-טיח להמשיך ולתמוך במירוץ גם בשנים הבאות.

יעקב גוטרמן נשא דברים מרגשים על המירוץ להנצחת בנו רז ז"ל.

מנהל המירוץ היה יובל קלנר. חודשים רבים של עשייה התנקזו לכמה שעות של אירוע, שבו כל דקה הייתה מתו-קתקת כהלכה.

במירוץ המרכזי ל-10 ק"מ ניצח השנה אסף פריד בתוצאה נאה של 35:51 דקות(שנה שעברה ניצח אסף את המקצה ל-5 ק"מ). מעט אחריו סיים המקומי תושב מעברות ליאור שרון מקבוצת run4it, בתוצאה 36:01 דקות. שלישי סיים בועז אורן ממכבי ת"א.

בין הבנות ניצחה מיטל קוטק מכת-חפר בתוצאה של 42:58 דקות. שנייה סיימה הותיקה נעה פלדמן מ"פרפקט בא-לנאס", 43:12 דקות, שלישית סיימה ארבל ילין מ"ניטרו", 43:51 דקות.

ליובל קלנר
ולמשפחת קלנר,
למתנדבות ולמתנדבים הנפלאים,
שטרחו ועמלו להצלחתו המלאה
של מרוץ עמק חפר ע"ש רז -
תודה מקרב לב!
משפ. גוטרמן

הצוות המארגן של המירוץ היה מושתת ברובו על מתנ-דבים, כ-30 חברי קיבוץ העוגן ועוד תלמידים מפנימיית נעורים עסקו בכל הדרוש: חלוקת מים, הכוונה, רישום.... פייסרים מקבוצת run4it מעמק חפר הכתיבו קצב לכל המעוניינים.

מ.א. עמק חפר פעלה רבות לקידום המירוץ, יו"ר מח-לקת ספורט פיליפ סימון היה נוכח במקום ועוזרו איגור



מילות תודה

לפני שבועות אחדים נפרדנו בעצב מאבא שלנו, אוטי.

רבים מאד מחברי הקיבוץ והרכה ידידים וקרובים באו ללוות את אבא בדרכו האחרונה. תודה לכולם. ריג־ שתם אותנו מאד.

תודה גדולה לקורין ולדניאל והצוות שלו, ששחררו אותנו מכל הסידור־ רים המעשיים ואיפשרו לנו להיפרד מאבא בצורה מכובדת.

בהזדמנות זו אנחנו רוצים לומר תודה לחברות שטיפלו באבא וגם באמא בשנים האחרונות.

כיוון שאנחנו גרים רחוק מהקיבוץ לא התאפשר לנו להגיש להורים עזרה ותמיכה יום-יומית, וחברות אלו מילאו את מקומנו במסירות רבה. תודה לטלי הנאמנה, לאנאידיה, וללנה שניקתה ובישלה ואהבה...

תודה גדולה במיוחד לנעמי מילר, שבמשך שנים טיפלה באבא ובאמא כאילו היו הוריה שלה, ותמכה גם בנו בעצה טובה ובעזרה מעשית בימים ולא פעם גם בלילות.

תודה ליעל אמסטרדם, שעזרה לנו לשפר את איכות חייו של אבא מההבט המקצועי. תודה גדולה גם לשירה שהחליפה את נעמי, דאגה לכל הסידורים הקטנים והגדולים, ולא חסכה כל מאמץ כדי למלא את צר־ כיו של אבא בחודשי חייו האחרונים. לא ייחסר מהתודות גם מקומה של מינה, המטפלת המסורה של אבא.

עוד רבים מחברי הקיבוץ נתנו כתף בזמנים שונים - ולכולכם שלוחה תודתנו: סטיב ברמן, שולה רויזמן, תלמה רוטשילד, השכנים הוותיקים של אבא - שרה, חוה ומשה, רבקה והמטפלות שלה רותי, רותי וזויה, בעלי תפקידים וחברים מן השורה שעשו הרבה מעבר למובן מאליו.

עזרה כזו תיתכן רק בקיבוץ. תודה לכולכם מקרב לב.

יהודית, איציק ואורית

שק לי איווט

יובל בן עמי (הבן של...)

יש משבר כלכלי, פסימיזם כללי המונים לא גומרים את החודש תסתכלו פה בצד, יש אחמדיניג'אד, עם בנזין איומים מצית עוד אש

בימים אחרים, לפני שני עשורים כאן דיברו על שוויון בסבבה הפחדות נשאו פרי, ונותר ערירי יפה נפש אחד בכפר סבא.



בתוך חדר אטום נתחפר בטמטום, כי אתה מעדיף צייתנים לא צריכים רווחה, נותר בשבילך ונהייה כל כך נאמנים

שק לי איווט...

איזה שר חוץ אתה, בלי טיפת חרטה מסדר לנו כל יום עוד צילבה דמוקרטיה מועדת, ארצנו רועדת, מתחילה להבין מה מתחיל בה השתקת עמותות, בחיי זה זוטות, כשמגד מכלול פועלך אין לתאר מה מעט יישאר, אם נמכור חירותנו לך.

שק לי איווט, גם אני משתמט אני הומו ושמאל חופשי לסודנים עוזר, משתדל למחזר תניח לי לנפשי

אתה משחק שח כבר זמן ממושך, עם עתיד בו כמעט האמנתי מלטף ת'זקן במבט מרוקן, המנהיג החזק, הרומנטי

את פוטין מכשיר, את בתך מעשיר, שובל של שחיתות אחרך גזענות ופחדים, אגדות על בוגדים, לעולם לא אקנה את שקריך

שק לי איווט...

מעגלים פינות או: כמה שווה חבר טוב....

חני הראל

תי לסכום של ת'לפים רבים.... אפילו מאות ת'לפים.

רק מה? יש בעיה קטנה שזה לא בדיוק פולטיקלי קורקט.... לפי חות בשביל הפרוטוקול כדאי שהתשלום ישולם עבור עבודה בעיניים, משהו שיראה כמו עבודה, יענו, ישראלוף. בכ"ז מכיון שאנחנו חיים בכפר קטן, וכידוע לכולם (חוץ מהנוגעים בדבר בד"כ) אין סודות אצלנו והלשונות הרעות מחכות לדוש בנושא ולטחון אותו עד דק... אז מה עושים? מתחכמים! או בשפה עדינה יותר (כנהוג במחוזותינו) מעגלים פינות: מעבידים את הכסף לקיבוץ, הקיבוץ משלם את שכר הדירה עבור החבר היקר, וכך, החבר היקר לא נוגע בכסף, כלומר, נשאר נקי כפיים, זך וטהור כשלג. ורק הקיבוץ, מכל גיבורי הסיפור, יוצא פראייר: גם לא מרוויח, להיפך, אפילו מפסיד, וגם ידיו הן אלה שטובלות בחר.... (סליחה על הביטוי).

פניתי לאלון בשאלה, האם החישובים שלי נכונים, והאם חישבתי נכון את גילו של רב החובל.

התשובה שקיבלתי היא שקמה ועדה שאמורה לרדת לשורש העניין, ואל חשש, הנושא בטיפול...

בקיצור, עדיין לא איבדתי תקווה, ואולי בכ"ז אצליח לגלות כמה שווה חבר יקר. מה שכן, אם אכן יהיו התפתחויות בנושא (שכן הנושא בטיפול כבר מספר חודשים...) אשמח לרוץ ולספר לחבר'ה....

כמה זה עולה לנו? ניסיתי לחשב בעצמי, על סמך הנתונים שאספתי, ואני מודה שזה לא היה פשוט, כי יש מי שניסה לטשטש את העקבות מחמת



צנעת הפרט ובנוסף לכך, חשבון אף פעם לא היה הצד החזק שלי, בכ"ז עקבתי אחר עקבות הכסף והנה מה שהעליתי בחכתי: "המשכורת הבסיסית" היא 2,500 ₪. סכום זה הוא רק חלק קטן במשוואה, שכן יש להוסיף הנחה משמעותית על שכר דירה, עם כל מה שכרוך בכך. אם זכרתי נכון אינו מטעה אותי, זה נמשך כבר 6+ שנים. (עוד מהתקופה שמריו היה מרכז משק, ואולי אפילו קודם...) אז בואו נחשב: 12 חודשים כפול 6 - שנים כפול 2,500 ש"ח + תוספות. אל תתפסו אותי במילה, אבל הגע-

כבר בכיתה א' לימדו אותנו שחברות היא ערך עליון. אי אפשר לחלוק על אמירה זו. אפילו בתנ"ך נאמר "ואהבת לרעך כמוך", ובכלל, אין כמו חבר טוב לשתף בשמחות, ועוד יותר בשעות קשות. אדם ללא חברים, חיי שווים כקליפת השום, מכאן ברור שערכו של חבר טוב, הוא ללא עוררין, גבוה מאוד. אקסייומה זו מובילה לשאלת מיליון הדולר: כמה שווה חבר טוב?

השאלה מזכירה את השאלות המתמטיות שבסופן נשאלת השאלה: לה: אז בן כמה רב החובל? מסתבר שבהעוגן, היה v.i.p אחד שהצליח לחשב את נוסחת הפילאים: כמה שווה חבר יקר, במיוחד אם אותו חבר יקר (אפילו מאוד), עשה ימים כלילות כדי לעזור ל-v.i.p להיבחר

לעמדה כזו, שיוכל בקלות לשלם כל סכום שידרש לשלם, עבור חברות מופלאה שכזו.

כפי שכבר טענתי, חברות היא ערך שלא יסולא בפז, מקסימום בכסף ביד.... השאלה המתבקשת היא:

לזאב, לחוה ולכל המשפחה
קיבוץ העוגן שולח את תנחומיו
עם פטירתה של

שרה גולדווסר

מי ייתן ולא תדעו עוד צער



שתי פנים לסיפור

השני, ולא נותנים לפוליטיקאים להערים מכשולים בדרך, אפשר בהחלט למצוא את הדרך לדו קיום באזורנו.

מהשלום שנראה רחוק מתמיד, ומוכיח, שאם משכילים למרות הקשיים להתחבר לצד האנושי והרגשי של הצד

ביום ה', ה-3 בינואר, שודר בטלוויזיה הסרט של זוכה פרס האמי, תור בן מיור - "שני פנים לסיפור".

הסרט הוא הפקה ישראלית פלסטית משותפת. הוא עוקב אחר פלסטינים וישראלים אשר נפגשים לדיאלוג בהמשכים, במסגרת פרויקט של פורום המשפחות השכולות. מטרתם להכיר כל אחד את הנרטיב של האחר, תוך כדי קיום דיאלוגים טעוני רגש וחוויות. המשתתפים הם דתיים (מוסלמים ויהודים), מתנחלים, לוחמים בצה"ל ואסירים בטחוניים לשעבר, תושבי הגדה, קיבוצניקים, דור שני לניצולי שואה, פעילי התנגדות לא אלימה, ועוד. כל דמות, וההיסטוריה והמסען הרגשי אותם היא נושאת, וכולם יחד יוצרים פסיפס של הקונפליקט היומיומי.

בקיץ 2011 התכנסה בבית ג'אללה קבוצה של פלסטינים וישראלים לסדנה יוצאת דופן. הם לא מנסים לשכנע איש את רעהו בצדקת דרכם, וגם לא מנסים למצוא פתרונות מדיניים. הם מתבקשים פשוט להקשיב, לחדד את ההבדל בתפיסות המציאות השונות, ולערוך היכרות אמיתית, תוך התגברות על המטען הנפשי שהם נושאים בליבם.

המשתתפים פותחים צוהר לעולמם הפנימי, חושפים את סיפור אובדנם האישי, לצד הפרשנות הפוליטית וההיסטורית.

המרגש במפגש הוא האפשרות השווה של כל צד להשמיע את הכאב שלו, והעובדה שמישהו מהצד השני מקשיב לו.

הסרט הינו חובה לכל מי שהתיימש



פורום הורים שכולים. צילום: יעקב גוטרמן

מחזירים עטרה ליושנה: 80 משתתפים בשיחת קיבוץ



צילום: אורי גל



לילידי ינואר:

אופיר ענבר-11/1	חנה אייזלר- 7/1
מקסים איטקין-17/1	הדסה אשל- 14/1
שלומית אחירותם-28/1	אהובה גורן- 30/1
אמיר שי-14/1	ברטו משיח-18/1
עידן פלג-26/1	צבי שחר-20/1
ברוך אזרזר-1/1	אברמיקו רביד-8/1
ענת ניסימוב-21/1	משה פפאי-26/1
עמרי פור-1/1	גד וילמן-24/1
רז אפרת-30/1	דב רוטשילד-5/1
תומר מייזנר-24/1	לילי ברקאי-1/1
אביתר באומר-2/1	נעמי מילר-23/1
מיכל תמיר-11/1	מודי רותם-21/1
ברק פוטוק-27/1	עמוס פלג -29/1
יעלה בן נפתלי-12/1	דינה וויג-16/1
לי לביא-21/1	אורי גל-31/1
הגר אמסטרדם-25/1	סטיב ברמן-19/1
יובל אמסטרדם-25/1	עפר הלמן-1/1
שירי זונשיין-1/1	שמואל בן נפתלי-14/1
ינאי גל-3/1	רוני יגל-3/1
שי ברמן-13/1	נילי יהב-16/1
אימרי פלד-24/1	ניב שדה-1/1
רוני בלייר-11/1	פרץ שקרון-14/1
גון דורון-19/1	מלכה קשת-16/1
עומר סו-27/1	כלנית אפרת-22/1
אמילי קורן-24/1	רן מאוטנר-24/1
ליהי סבו-1/1	דנה סו-29/1
	אדי סבו-23/1

קוראים יקרים!

במדור "עלים לתרופה" אביא נושאים שונים הקשורים לבריאות לפי הרפואה המשולבת, הן בתחום הפיזיולוגי / גופני / כימי והן שיטות טיפול הקשורות לתחום הנפשי רגשי ורוחני.

מקווה שביחד נתרום וניתרם... ושנזכה לרפואה שלמה ולבריאות איתנה, בחן בחסד וברחמים גמורים.

רבי נחמן: "דע לך שלכל עשב ועשב יש לו ניגון מיוחד משלו".

אמנות רפואת הצמחים הינה בת אלפי שנים ועברה שינויים רבים במהלך ההיסטוריה. מצמח בודד שהוכן בצורה של חליטה (כמו תה), שיקויים שונים וקמיעות, התפתחה לכלי ריפוי מתוחכם ויעיל.

כיום הצמחים באים בד"כ משולבים בתוך פורמולות לפי עקרונות מעניינים ומאתגרים. רוב המטפלים נותנים גם הנחיות תזונתיות ספציפיות למתרכא להעצמת השפעת הצמחים מכיוון שכל מה שמכניסים לפה משפיע ונהיה חלק מהדם שלנו.

לדוגמא: כשניתן לילד מצוץ צמחים מכיילים ובמקביל ניתן לו במכה, דברי חלב, סוכר וקמח לבן - אפקט הפוך רמולה הצמחית יירד.

היהדות אף אומרת "הדם הוא הנפש", כלומר יש גם השפעות רגשיות ונפשיות למה שאנחנו מכניסים לפינו, בין היתר אנחנו מקבלים המלצה חמה שלא לאכול חיות אכזריות שמא האכזריות תיהפך לתכונה בנפשנו.

מכיוון שאנחנו בעיצומו של חורף קר וסוער, ונושא הליחה הוא רלוונטי לרבים מאיתנו, אם כהורים לילדים קטנים אם כמבוגרים, בחרתי הפעם להרחיב בנושא זה, ואף להמליץ בחום על פורמולה צמחית מעולה הנקראת "לך ליחה" איתה צברתי ניסיון בשנות עבודתי.

הרפואה הסינית רואה את מערכת העיכול כשורש הליחות בגוף. כשאדם אוכל, נוזלי העיכול מפרקים את המזון, חלק נספג בדם והפסולת אמורה להתפנות. הדמיה לתהליך זה תיראה כנחל צלול הזורם בטבע: יש יובלים

למודי ולעמוס

עם הגיעכם לגיל 70 מזל טוב, אושר ובריאות





עלים לתרופה

נירה בן שבת

הליחה הנוצרת משיבושים אלו יכולה להתאחסן בריאות לגרום לבעיות נשימה, ומכיוון שהריאות נפתחות לאף, לגרום לנזלות ואף לנוזלים באוזניים או לסינוסיטיס, ודרך דרכי הלימפה הליחה יכולה להגיע לפרקים.

פורמולה צמחית ייחודית: "לך ליחה"

פורמולת ה"לך ליחה" באה בצורה נוזלית מיצוי צמחי בא- לכוהול (נלקחת כמעט מים) והינה שילוב יחודי של צמ- חים סינים ומערביים. המיוחד בה שהיא משלבת אפקט של חיזוק ומצד שני של פינוי וניקוז.

מחזקת: את איכות הדם, כלומר את הכדוריות הלבנות והאדומות, את הברזל והוויטמין סי ועי"כ את המערכת החיסונית כולה ומרעננת את רמת האנרגיה של המשת- מש.

מנקזת: עוזרת לנקות את דרכי הפינוי הטבעיות של הגוף, כשעיקר תנועתה מכוונת כלפי מעלה: לריריות האף, העי- נים, הסינוסים, האוזניים, בכך שמנקזת גם דרך הפתחים. כמו כן מנקזת את הריאות ואף את מערכת העיכול.

לפורמולה יש "קיסרים" שעושים את מרבית הפעולה: צמחי הסרפד וקליפת המנדרינה, וכן יש לה "עוזר-סגן קיסר": צמח המגנוליה. וכמו בכל פורמולה טובה יש גם את הצמח המְהַרְמֵן, שעושה הרמוניה בין כולם - הוא הליקוריש. בנוסף מכילה הפורמולה פקעות ורדים, שהן מקור עשיר לוויטמין סי, לחיזוק המערכת החיסונית.

לעונת החורף נמצאות אצלי על המדף בקליניקה תמציות נוספות:

- "נשימה קלה" - לסינוסיטיס
- "חיסונית" - לחיזוק ספציפי של המערכת החיסונית
- "גרונ נקי" - לסובלים מדלקות גרון חוזרות
- "8 אוצרות" - פורמולה ספציפית לנשים לחיזוק דם ואנרגיה.

בפעם הבאה אכתוב על הנושא: מהי מחלה? סיבה ותו- צאה, ואדון בשאלה אם החיידקים טובים או רעים. אשמח לענות על שאלות!!

מאחלת לכולנו חורף בריא ונקי מליחות ומשאר התח- לואים. בברכת כל טוב ותודה על תשומת לבכם!!

שהולכים לים ואחרים נספגים, מתאדים או מעצימים נחל גדול יותר. מזון מתאים באיכותו לאדם אמור להיות כמו הנחל הזורם הזה: לזרום... בתהליכי המטבוליזם השונים להיספג, להתאדות, להעצים. כלומר לתת לנו אנרגיה, לחזק את הדם שלנו ועוד.

כשנוצר שיבוש בזרימה נוצרת תקיעות במערכת, וכמו שבטבע נוצרת ביצה (=מים עומדים) בגופנו נוצרת ליחה.

בגמרא כתוב: "כל התחלואים והמחלות הבאים על האדם הם מבחינת פסולת הדם", רעלים שונים האדם נחשף אליהם וחודרים לגופו אפילו בהרחה או כמגע קל בעור יכולים להתחיל שיבוש במהלך הזרימה התקין. לשיבושים



בזרימה יכולות להיות סיבות שונות: מזונות לא מתאימים באיכותם, צירופי מזון שגויים, אכילת יתר (שכיח בד"כ) ללא קשר לצרכיו האמיתיים של הגוף וכן מתח נפשי המ- שפיע ממש כימית על צמיגות ואיכות הדם.

הטרדה ופגיעה מינית



רותי הילר

בבתינו של אפריל 2012, חני הראל ראינה וסיפרתי על כך התבקשתי להיות הממונה בעניין הטרדה ופגיעה מינית בקיבוץ העוגן. להזכירכם כאשר הקיבוץ עבר הפרטה, מעמדו כמעסיק השתנה והיום החוק דורש שבכל מקום שבו מעוסקים 10 עובדים או יותר שתהיה מישהי ממונה לטיפול בנושא. אני, אומנם, משתמשת בלשון נקבה, כי 90% מהנפגעות/ים הן נשים. אבל הפניה שלי היא לשני המינים.

הממונה אמורה להיות כתמיכה לכל מי שפונה אליה. הסמכות הראשונית שהמתלוננת יכולים לפנות אליה, ועלי לכוון אותן לאדם המתאים להמשך תאום כמו למשל: מרכז סיוע לנפגעי/נפגעות תקיפה מינית, משטרה, שירותי הרווחה, או לסיוע רפואי. כל מקרה לגווניו. אני מלווה עד כמה שהמתלוננת רוצה. קורה שנשים מעדיפות לשמור על אנונימיות ודווקא לא יפנו לדמות מוכרת.

הכל נעשה בתיאום ודיסקרטיות מקסימלית ועל פי בקשת הנפגעת, כולל לא לדווח לשום גורם בקיבוץ ללא אישורה. כאשר מישהי חוותה הטרדה או תקיפה מינית, אליה לקבל המון החלטות גורליות כגון האם לספר ולמי, או האם לפנות לרופא ולמשטרה. היא לא חייבת להתלבט לבד, אני אמורה לתת כמה שאפשר תמיכה במצב הקשה הזה. הנוהל הוא קצת אחר במקרה של הטרדה ופגיעה בקטנים. אני מחוייבת על פי חוק חובת דיווח לפנות לגורמים ברווחה. יחד עם זאת אלי להגן על כבודם ופרטיותם של הקשורים בתלונה כולל פרסום שם המתלוננת.

בחברה שלנו אנחנו נמנעים מלדבר או להזכיר את הנושא של הטרדה/פגיעה מינית, שהיא, כמו בכל מקום, קיימת גם אצלנו. אנחנו מעצימים את הקשר השתיקה הזו ומאפשרים את ההמשכיותה של הפגיעה, דבר שדורש מהנפגעת לשאת את פגיעתה בסתר ובבושה. למעשה האחריות שלה לקשר שתיקה היא כפולה, קודם בינה והפוגע, ובהמשך בינה והחברה. אנחנו גם לעתים מניחים ש"אצלנו זה לא קורה" או אם כן "אז כנראה הגיע לה". בנוסף החברה שלנו מניחה שנפגעות רק בנות שהן לובשות ביגוד פרובולטיבי ו"מבקשת את זה", אבל עובדתית הדבר לא נכון בכלל.

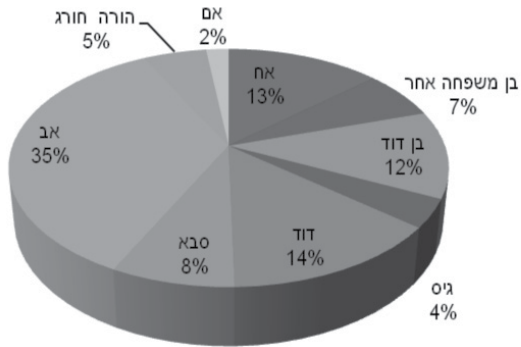
בארץ יש כ-9 מרכזי סיוע, כאשר העוגן מסופח למרכז

ברעננה אותו מנהלת בטי מרטין-קורן. מרכז הסיוע הוקם לסייע ולתת תמיכה מעשית ורגשית לנפגעות ולנפגעים וללוותם בדרך הקשה שעליהם לעבור בעקבות הפגיעה. הסיוע בהתנדבות וללא כל תמורה. מרכז סיוע השרון מפעיל קו סיוע 24 שעות ביממה בטלפון 1202 או 09-7747760. מרכז סיוע גם נותנת ליווי למשטרה וכל הקשור להליך המשפטי ולבית חולים ומקיימות קבוצות.

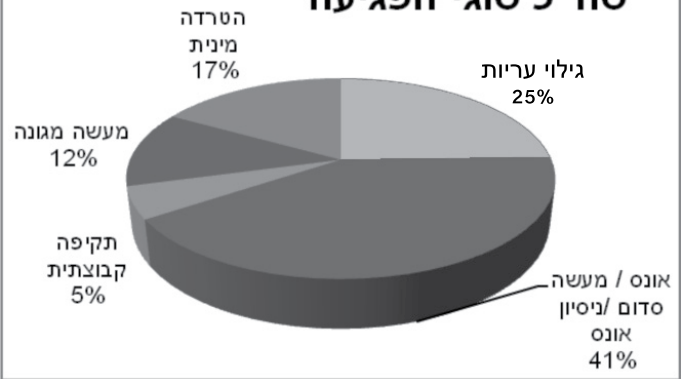
בשנת 2011 הגיעו למרכזי הסיוע כ-40,000 פניות. כ-8,000 מתוכן הן פניות חדשות של נפגעות ונפגעים שלא פנו בעבר למרכזים. כמעט מחצית מהפניות שדיווחו על פגיעות מיניות בשנת 2011 דיווחו על אונס, ניסיון אונס ואונס קבוצתי. כרבע מהפניות דיווחו על גילוי עריות. כחמישית מהפניות דיווחו על הטרדה מינית.

ביולי הוגש דו"ח לוועדה לקידום מעמד האישה של הכנסת על ידי איגוד מרכזי הסיוע. דו"ח, "אחריות חברתית", הסוקר את התמודדות המערכות השונות עם תופעת הפגיעה המינית בישראל 2011. הנתונים הם קשים וההנחה היא שיש פגיעה והטרדה מינית בכל החברה וגם בהעוגן כחלק של החברה ישראלית. מתברר שכ-87% מהנפגעות הכירו את תוקפן. אני רוצה לשתף אתכם בעוד כמה נתונים שמופיעים בדו"ח.

התפלגות גילוי עריות ופגיעה במשפחה



סה"כ סוגי הפגיעה

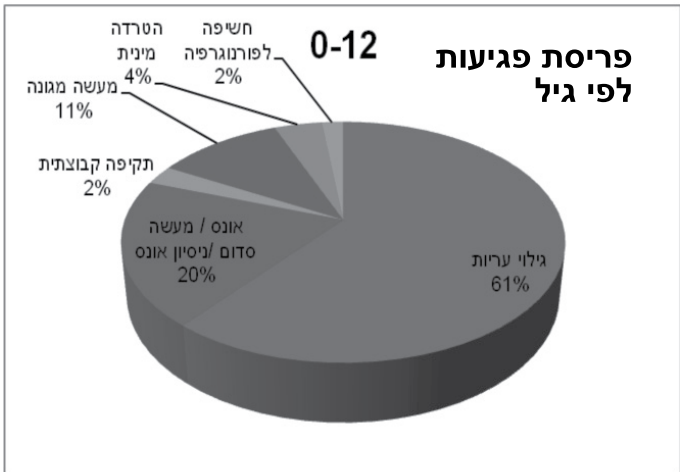


כמחצית מהפגיעות המינית שדווחו למרכזי הסיוע התרחשו בתוך בית על ידי אדם מוכר.

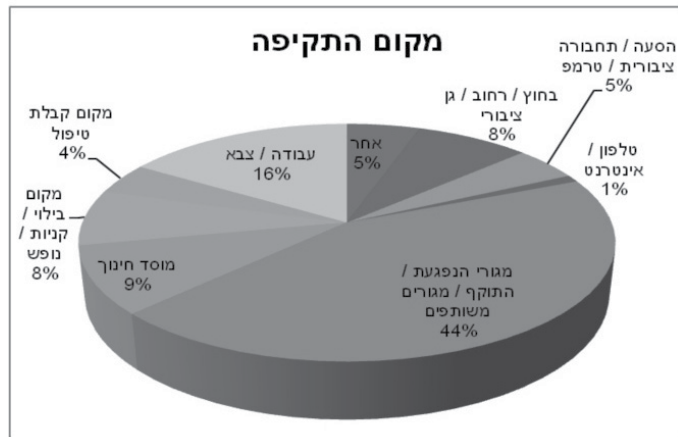
68% מהדיווחים על פגיעה מינית בילדים עד גיל 12 דיווחו על פגיעה שהתרחשה בתוך בית.

18% מהדיווחים על פגיעה מינית בכני נוער בגילאי 13-18 דיווחו על פגיעה שהתרחשה בתוך מוסד חינוכי (בי"ס, פנימייה, ישיבה, כו').

פריסת פגיעות לפי גיל



מקום התקיפה



לסיום אני רוצה לציין שברצוני להמשיך ולהעלות את הנושא החשוב הזה בינינו. כרגע יש צוות קטן שמלווה אותי ואני מקוה שבקרוב נוכל להפיק איזשהו פעולה משותפת איתכם שיביא לחשיבה מעמיקה יותר והבנה. כמו כן אני זמינה לכל מי שיש שאלות והתלבטויות בעניין פגיעה והטרדה מינית.

לחנה אייזלר

ברכת מזל טוב והרבה בריאות
במלאות לך 95 שנה
ישר כוח!!

לאברמיקו

ברכת מזל טוב והרבה בריאות
במלאות לך 85 שנים
ישר כוח!!



בית כנסת בהעוגן - אלוהים ישמור?

עמית פואה

מעשה באדם ערמומי שטען שהבין איזו היא האישה המודלמת. הוא טען שהאישה הסתומה והמכוערת, זו שאין לה מושג מה הולך סביבה, בה הכי קל לשלוט, היא עושה הכי פחות צרות ולכן היא המושלמת. אז הוא לקח לעצמו אישה כזאת, תוך כדי שהוא מלגלג על כל הגברים שנתקעו עם יפות וחכמות ולא יודעים אלו צרות מחכות להם בעתיד. אבל האישה הזו התאהבה במישהו אחר. משהבין זאת, האיש הערמומי עשה כל שביכולתו כדי למנוע ממנה מלהיפגש עם אהובה. הוא סגר אותה בחדר, פינצ'ר לבחור את האוטו ואף מינה אנשים שיגידו לו אם הם נפגשים בסתר. בסוף הוא כמובן לא הצליח והאישה המכוערת והסתומה לכאורה,

חשה שהיא יפה ומבוקשת ואף הצליחה להערים על הערמומי. המעשה המתואר לקוח מתוך מחזה מאת מולייר שכתב במאה ה-17 בצרפת, שהזדמן לי לראותו לפני מספר שבועות בירושלים (מומלץ, אגב). אבל מה הקשר בינו לבין הכותרת המדברת על בית כנסת בהעוגן? אז ככה...

לפני למעלה מחודש נזדמן לי לנהל דיון עם בני משפחתי המורחבת על בית כנסת בהעוגן. השיחה, שנשארה בין כד תלי מרפסתנו עד אותו רגע, נשמעה לפתע עד הגמוסים ותפסה כיוון לוחמני. זה קרה מהרגע שאמרתי שבעיני זה לא כזה נורא אם יהיה בית כנסת בהעוגן ושאפילו עלינו ליהי זום בנייתו של אחד כזה ולעצבו לפי רצונה של הקהילה מבלי שצביונה החילוני ייפגע. "תהיה פה כפייה" אמרו לי, "זה מתחיל בבית כנסת ונגמר בתחום שבת ובאיסור נסי"

עה בשבת באוטו ותכף ירצו שכולנו נלך עם כיפה בקיבוץ". הבנתי שכנראה עוררתי איזה שד מהבקיבוך, ולאחר לבטים רבים אני כותב את הדברים כי נראה לי שייגרם יותר נזק עתידי אם ה"שד" יישאר בתוך הבקבוך.

השומר הצעיר החלה כתנועה שדגלה באמונה באדם ולא באל. היה בוז בקיבוצי השומר הצעיר לאמונה במשהו שאינו גשמי, עד כדי כך ששנאת הדת נהייתה לדת בעצמה. בשנים האחרונות מתרחש תהליך אחר. האידיאולוגיה השמוצניקית נסדקת, שלא לומר מתפוררת, ויותר אנשים

מחפשים את התשובה בדת. דוגמא לכך קורית בימים אלו ממש בבית זרע, שלאורך השנים עשרות מבני הקיבוץ חזרו בתשובה (חפשו בגוגל את "הקיבוץ הקדוש" כדי להתרשם מהתופעה).

ועוד קצת פיקנטריה: קיבוץ בית אלפא השמוצניקי למהדרין, בנוי על חורבות בית כנסת יהודי עתיק מלפני יותר מ-1500 שנה. בסוף שנות ה-20 של המאה הקודמת, 6 שנים לאחר שהוקם, נתגלו שרידי בית הכנסת העתיק. מספרים שהיתה שיחת קיבוץ סוערת שבה היו אלו שמחו בתוקף על המצאות בית כנסת בשטח הקיבוץ, ומנגד היו אלו שראו בכך את העדות לכך שהיה ישוב יהודי במקום ולכן יש להחיותו. כידוע לכל- הקיבוץ נשאר במקומו וכך גם בית הכנסת. כך שאם אנשי השומר הצעיר של פעם



טיפ החודש

עדנה גולן

אמנם ב"שומר הצעיר" לא שותים משקאות אלכוהוליים, אך לאלה מכינונו שכבר לא כל כך צעירים ולא כל כך שומרים, מותר.

על פי דרישות הקהל, הנה לכם מתכון ביתי לאיריש קרים, על מנת לחמם קצת את הימים הקרים. מדובר במתכון מאד טעים וגם פשוט להכנה.

לפני זה - קצת היסטוריה: הליקר הופיע לראשונה בשנת 1974 בשם: BAILEY'S. זה התחיל כנסיון למזג בין שמנת ואלכוהול. המטרה הייתה לייצר ולמכור כמויות גדולות ולהבטיח ימי מדף רבים ובטוחים, מבלי להשתמש בחו-

מרים משמרים. כיום משמשים לייצור הליקר כ-4 מיליון ליטר של שמנת כל שנה, (כמות זו מהווה 4.3% מכלל ייצור החלב באירלנד). שתיינים או לא?

להלן המתכון:

להמיס 50 ג"ר שוקולד מריר (מינימום 50% מוצק צקי קקאו) + כפית נסק-פה + קצת מים. לקרר.

להקציף שמנת מתוקה (או שמנת השף 15% שומן)

1 1/3 כוס וויסקי

וניל - 1 קופסת חלב מרוכז ממותק (397 גרם).

לערבב היטב הכל יחד, ולהקפיד על ההומוגניות

של המשקה. להעביר לכבוק נקי ולמקרר. זה מוכן אחרי יום יומיים.

זהו המתכון, ויתרונות רבים לו: אפשר לגוון בלי בעיה, בכל שלב ניתן לטעום ולהחליט מה לשנות, שוב לטעום ואולי להוסיף עוד שוקו-לד או חלב, שוב לטעום ולשנות את היחסים בין כמויות הסוכר והאלכוהול. ממש חגיגה של מתכון. בהצלחה!



יכלו להרשות לעצמם שיהיה בית כנסת בקיבוצם, מי אנחנו שנגיד לא...

נראה לי שאקלע לדעת הרוב באומרי שקיים רצון לשמור על צביון חילוני של החיים בהעוגן. אך הדבר כבר לא צריך להיות שחור ולבן, ונדמה שאת ימי האנטי המוחלט יש לשים מאחור. לי באופן אישי חבל מאד על שאינני מכיר טוב מספיק את התנ"ך, שבשנות נעוריי לא למדתי גמרא, שאינני יודע איך עושים קידוש ושעד לא מזמן גם לא ידעתי איך נשמעת תפילת ערב שבת. ממפגשי עם עירוניים למיניהם, נוכחתי לדעת שגם מי שאינו מאמין כלל באלוהים, יש לו מעט יותר מושג בדברים בסיסיים אלה, שדומה שבהעוגן לא ניתן להם מקום לאורך השנים.

לגבי קיומו של בית כנסת בהעוגן, אני סבור שנהיה כמו האדם הערמומי מהמחזה שבטוח שהוא יודע מה נכון ומנסה למנוע בכל דרך מהטבעי לקרות עד שהוא עצמו נהיה לא רלוונטי ומגחיק עצמו לעיני כל. הטבעי בעיני הוא שאנשי הקהילה, הרוב, ייקחו את גורלם בידם ויקימו בית כנסת בהעוגן. מבחינתי שזה יהיה המועדון לחבר ולא בית כנסת ובלבד שיהיה זה מקום התכנסות משמעותי בשבתות, אותו יעצבו על פי רצונם. בחזונו הייתי רוצה לראות רבים מבני הקיבוץ מגיעים בשישי בערב (ערב שבת בפי הדוסים) למועדון לקבלת שבת קיבוץ צית, עם שירים, ניגונים וכמה אמרות טעם, כאשר לאחריה תתקיים תפילה למי שרוצה, אולי סרט, קפה ועוגה בדרך לבירה בשמאב.

נדמה לי, שבמידה וזה לא יקרה מצד אנשי הקיבוץ החיים כיום, התהליך

שיקרה הוא שמתישו יפתח בהעוגן בית כנסת ולא דווקא לפי רצונם של רוב תושבי המקום. יש כאן היום הזדמנות לעצב את פני הקהילה ואת השבת שלנו באופן שיתאים לתושבי הקיבוץ החיים את חייהם בצורה חילונית עם זיקה למסורת יהודית.

הלואי ומאמר זה יפתח במה של שיח ב"ביתנו" ובהעוגן בכלל לנושא קיום בית כנסת פלורליסטי, שיאפשר לכל מי שמעוניין לקחת בו חלק מבלי לכפות עליו דבר.

תשבץ

חני הראל

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

מאונך: 1. שר הביטחון היוצא, 2. חולד, 3. כנוי למרגל מטעם מדינה זרה, 4. מפלגתו של יאיר לפיד, 5. גבעה מלאכותית, 6. הרמטכ"ל לשעבר, 7. כתב תעודה החמה ביותר בימים אלו, 8. מילת שמחה, 9. מפלגה בשמאל המפה הפוליטית, 10. בודק ומזהה תופעה, 11. קושיה, 12. מכין אוכל בסיר על האש, 13. אישה הנושאת תינוקה ברח"מ, 14. ערוץ המוזיקה ב-25, 15. היועץ המשפטי של הממשלה, 16. אקונומיה, 17. היה נשיא מדינת ישראל, 18. טבח את עמו והעולם עמד מנגד, 19. חבר עם מפלגתו של ביבי והליכוד, 20. שן, 21. מפלגתה של ציפי לבני, 22. הולך ומתרחק מאיתנו, 23. מפלגתה של שלי, 24. חכמה, 25. לשווא, 26. חמה, 27. טורף, 28. ממשפחת הכלבים, 29. מיילל כלילה, 30. מפתן

מאוזן: 1. יתקיימו ב-22/01, 2. מתרגל, 3. לכלוך, 4. זוהמה, 5. מילת שלילה, 6. מפלגתו של הרב עובדיה, 7. בגדים ישנים ובלויים, 8. רד"ר, 9. נמצאה לו התשובה הנכונה, 10. שם תואר - ניצב, 11. האישה העשירה בישראל, 12. משפיל, 13. העץ מממשל יותם שהסכים למלוך, 14. ברי-רה, 15. קביעת דבר אחד, מתוך רבים, 16. מזבל, 17. הזכר בבקר, 18. בן זוגה של הפרה, 19. אינץ', 20. מידת אורך השווה ל-2.54 ס"מ, 21. משמש למדידת קוטר צינור, 22. אותו דבר, 23. ריח טוב, 24. סוגדים לו, 25. צבע, 26. אפשרות לאסון, 27. השטחים - במוקד הסכסוך, 28. הוולד בכבשים, 29. עוני, 30. סיפור ההצלחה של הבחירות השנה, 31. לנצח, 32. צורר ישראל, 33. הוא גדעון, 34. מלך ישראל, 35. בד עדין, 36. אינה אסורה, 37. מעוכב, נבצר, 38. בלתי אפשרי, 39. יבחן, 40. יבדוק, 41. לחבר חזק, 42. להצמיד חגורה לגוף, 43. למשל



מירוץ עמק חפר ע"ש רז גוטמן

צילום: יעקב גוטמן

עילום: יעקב אידן