

גליון מס' 1 - שנה 42 - 2025 תשפ"ה

קהילתון

בעבר "היים אקספרס"

ציורו של תרי (איתמר) קיפניס ז"ל



חבר קיבוץ בארי, נרצח ב- 7.10.2023
מתוך פרויקט "חיים שאבדו" של הספרייה הלאומית



דיור מושלם

שירותי דיור מוגן בביתכם הפרטי

חורף חם עם דיור מושלם!

04-8119444



תוכן עניינים

עמ' 4	דברים שרציתי לומר - מיכה לימור.....
עמ' 6	הדיקטטורה שבדרך - רותי חשמונאי.....
עמ' 7	מרעה לעומת שימושים עירוניים ושטחים פתוחי - מיכאל מאיר ברודניץ.....
עמ' 8	איך אנחנו יכולים לעזור? הסטודיו ההטוח - יהודית סיאנו.....
עמ' 12	יוגה מותאמת בקהילה-לא על הגוף לבדו - טל רביד.....
עמ' 14	הונאות ברשת- מה חשוב לדעת וממה צריך להיזהר - עו"ד דורית אלון-כשר.....
עמ' 15	נחטפה נשמתה - נירה חצ'ק ואירית זהבי.....
עמ' 16	חשבון נפש וחלום - שמעון מיטלמן.....
עמ' 17	חג החנוכה בספרות הילדים הארצישראלית - ניצה פרילוק.....
עמ' 20	רח' פבזנר 26 - הדר הכרמל בשנות ה-40 - נרי חנס.....
עמ' 21	חידוש דמי חבר.....
עמ' 22	יוחנן רטנר, מנהיג, מפקד, אדריכל, דיפלומט ואיש חיפה - רפי סיאנו.....
עמ' 25	הטלוויזיה הקהילתית ואנחנו - אירית זהבי.....
עמ' 26	ט"ו בשבט - מערכת קהילתון.....
עמ' 27	החנוכיה של דודה אלזה - דוד לבושין.....
עמ' 28	חינוך ייקי - זיץ גראדה! - רפי רז (רוזנר).....
עמ' 31	נשים במוסיקה - אילנה זבירין.....
עמ' 34	חוג סריגה, עולים חדשים לומדים עברית - ד"ר דליה לורנץ.....
עמ' 36	משולחן הקהילה.....
עמ' 40	כעלים דשנים - מיכאל מאיר ברודניץ.....

קוראינו מוזמנים לשגר מכתבים למערכת, דעות ותגובות ו/או כתבות לקהילתון

חומר למערכת יש לשלוח לכתובת tsipib@beit-horim.org

בקובץ word, צילומים בפורמט jpeg. חומרים יפורסמו לאחר עריכה והגהה.

חומרים ערוכים לא יועברו לאישור הכותבים ולא יוחזרו במידה ויוחלט שלא לפרסמם.



קהילתון

כתב-עת לענייני חברה, תרבות והיסטוריה

מו"ל: ארגון "פסגות כרמל"

עורך: רפי סיאנו אחראי: מיכה לימור

מערכת: ציפי ברמן (רכזת המערכת), ענת וולפנפלד, אילנה זבירין, רות חשמונאי,

מיכאל מאיר-ברודניץ, רעיה טילינגר, ד"ר דליה לורנץ, יעקב שורר.

עיצוב: מילניום איילון - תשלובת טכנולוגיות דפוס.

דברים שרציתי לומר

מאת: מיכה לימור



עידן תרבות השקר



אנו מצויים כבר עמוק בתוך עידן שבו מושלת תרבות השקר. האמת שוב אינה הנזר שאליו נוהים ובו מתפארים מנהיגים ומושלים, אנשי משפט ועושי צדק, אנשי שררה, אוכפי חוק וברוני תקשורת. ערך עליון. השקר נתפס כמכשיר לגיטימי במאבקי כוח פוליטיים ומדיניים, ביחסים שבין השלטון לאזרחיו, בין אדם לחברו. כמובן שתרבות מונהגת ומוטמעת מהרובד העליון. דוגמא: ראש הממשלה בנימין נתניהו מודיע, נוכח מעצרו של אחד מעוזריו, אלי פלדשטיין, כי הלה לא עובד כעוזרו וכי

אינו מכיר אותו. לאחר כמה ימים, כשמגלים אמצעי התקשורת את זהותו של העצור, יוצא ראש הממשלה להגנתו של הלו, ומעיד על אופיו הפטרייטי ואיכות מיומנותו. כך הופך שחור ללבן ולבן לשחור. ויש עוד דוגמאות אין ספור לשקרנות כאמצעי לשינוי תודעת הציבור בקרב חברי כנסת, שרים, אנשי עסקים, עובדי השירות הציבורי, המון רב. כמו בספרו, הבדיוני בזמנו, של ג'ורג' אורוול - "1984" שנכתב לאחר המוראות של השלטון הנאצי ב-1949. בספרו "1984", רקח אז אורוול בדמיונו הקודח, המנהיג הסמכותי, הטוטאלי, הבדיוני בעת כתיבת הספר, הוא שקובע מה האמת ברגע נתון, והיא יכולה להשתנות בכל רגע. בסיומה של 2024 אנו מחליקים בהאצה מידרדרת אחורה ל-1984.

צרת רבים איננה נחמה. תרבות השקר אינה רק צרתנו. היא אוניברסלית. הבריון החשוב ביותר בעולם, דונלד טראמפ, הפציע בצמרת הפוליטיקאים כבר בעשור הקודם, כבש לתימהון העולם כולו את הציבור בארצות הברית ולימד אליטות בעולם כולו כיצד תרבות השקר מניבה 'דילים' מוצלחים. הנגע פשט וסימן, בין רכיבים נוספים, את היחלשותה הדרמטית של הדמוקרטיה. הדפוס השלטוני הדמוקרטי שנשמך גם על אמון, על רדיפת האמת ועל הגינות ציבורית ואישית, התכרסם בעולם המערבי כולו. לשיטה הדמוקרטית לא נמצאו די כלים כדי להגן על עצמה מפני השקרנות שהעצימה משברים מדיניים, צבאיים וכלכליים. משברי מהגרים באירופה, מועצמים על ידי הסתה גזענית ושקרים, הניבו ממשלים סמכותניים הגורפים קהילות שלמות ימינה לקיצוניות שדומה היה כי נעלמה לעד אחרי מלחמת העולם השנייה.

האם אנו חברה נבחרת מכל העמים? האם אנו בדרך לאובדן השיטה הדמוקרטית? האם חוקי הסמכותנות המציבים את שלטון היחיד, או שלטון אוליגרכיה מפלגתית, כבר שוטפים את ארצנו? האם תתקיימנה בחירות חופשיות בשנה הבאה כמתוכנן? ספק גדול.

שלכם תמיד, מיכה לימור



קהילה

ברכת תודה והערכה מכל חברי ועובדי ארגון "פסגות כרמל"

אות הוקרה לבני זוסמן

בלשכת ראש העיר, במעמד יונה יהב והאחראי על האזרחים הוותיקים, ישראל סביון, הוענקה תעודת הוקרה לבני זוסמן על פועלו בהתנדבות למען הקהילה.

יהב: "פעילות למען הקהילה בכלל וקשישים בפרט היא דבר שצריך להוקיר ולהעריך. זוסמן פועל במשך שנים למען הקהילה, ומשאיר חותם בעשייתו למען קהל הוותיקים והקשישים בעיר". סביון: "זוסמן מביא כבוד וגאווה לעיר ולאזרחים הוותיקים. תרומתו לא תסולא בפז, אשרי המדינה והעיר שיש לה אנשים כאלה".

זוסמן, (86) יו"ר ארגון פסגות כרמל (ארגון עולי מרכז אירופה), המפעיל בתי דיור מוגן בעיר, יו"ר חבר הנאמנים במכללת עמק יזרעאל, חבר דירקטוריון ב"מדעטק", ותפקידים נוספים. זוסמן: "אני נרגש ומודה על ההוקרה".

דורון סולומון



יהב סביון וזוסמן בלשכת ראש העיר
מתוך: חדשות חיפה - ידיעות אחרונות

הדיקטטורה שבדרך

מאת: רותי חשמונאי



המטרה היחידה של ממשלת ישראל היא הישרדותה והפיכתה לדיקטטורה דתית-משיחית. כל האמצעים כשרים לתפיסתה של ממשלת החורבן על מנת להגשים את יעדה זה.



מדינת ישראל מתאבדת. בעוד

שהממשלה הנוכחית עושה כול שביכולתה להגשים את חזונה, העם חסר כוח משמעותי למניעתו. הלאומנות הקיצונית כבר הצליחה להעביר בבית הנבחרים שלנו את חוק הלאום, שמבקש לשים קץ ותקווה לעתיד משותף לכל אזרחי המדינה (בהם 80% יהודים ו-20% בני דתות שונות). הסנונית הראשונה מבשרת חורף חקיקתי שיקדם אידיאולוגיה לאומנית קיצונית של הרואים את הלאום היהודי כנעלה על עמים אחרים ואת צרכיו כחשובים משלהם. כך כבר מקודשת השנאה והרחבת תוקפנות קיצונית כלפי המתנגדים למטרותיה הלאומניות של הממשלה, בתוך המדינה ומחוצה לה.

התהליך לו אנו עדים כואב לנו במדינת ישראל אולם הוא לא מיוחד רק לנו. אל נשכח שאלה היו היסודות של ממשלות פאשיסטיות-גזעניות ולאומניות כמו ממשלת גרמניה הנאצית וממשלת איטליה הפאשיסטית.

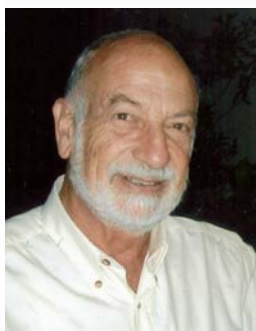
ככל ממשל דיקטטורי, מלחמה נגד אויב חיצוני הנתפס כמאיים על הלאום הנעלה, הינה ערך עליון ומקודש. כך גם ממשלתנו שואפת להאריך את המלחמה, תחת הסיסמה הנלוזה "יחד ננצח באופן מוחלט". ככל משטר דיקטטורי, נוגסת ממשלתנו בעקרון הפרדת הרשויות, באמצעות המהפכה המשטרית שכבר התייחסנו למעלה לצעד הראשון שלה. אנו בחברה טובה.

גם בארה"ב שבחרה בטרמפ, הרפובליקנים ישלטו מעתה ביד רמה בשלוש הרשויות: לצד הנשיא הרפובליקני, למפלגה זו גם רוב בשתי הרשויות האחרות - הקונגרס (על שני בתי המחוקקים הכלוליים בו - בית הנבחרים והסנט) ובית המשפט העליון. האיזונים והבלמים המאפיינים את היחסים בין הרשויות במדינה הדמוקרטית, מאוימים עתה על ידי טראמפ ותומכיו בתנועת MAGA Make America Great Again, שבה הלאומנות מרימה ראש.

מדאיג, מדכא ומסוכן הוא שבעולם המערבי הלאומנות והפשיזם הולכים ומתחזקים, כאילו שלא היו כבר שתי מלחמות עולם שהלאומנות גרמה להן.

בחצי הראשון של המאה העשרים הלאומים לחמו זה בזה והתוצאה הייתה שתי מלחמות אכזריות שאין כמותן אשר בהן איבדו את חייהם כמאה ועשרים מיליון בני אדם לוחמים ואזרחים. אולי עלינו לחכות למחצית השנייה של המאה העשרים ואחת, כפי שקרה במאה הקודמת - שבתום המחצית, גם הפעם יתעשת העולם ויחזיר את השלטון לידי שוחריי שלום ומתקני עולם.

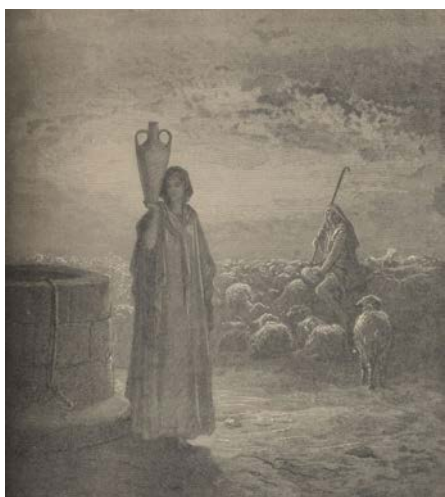
וזו החברה הטובה לנו ?



מרעה לעומת שימושים עירוניים ושטחים פתוחים

מאת: מיכאל מאיר ברודניץ

בקהילתון הקודם (גיליון 3, שנה 41 ע'11) הובא קטע מספר בראשית, מפרשת לך-לך שיש בו דוגמא לפתרון סכסוכים מלפני 4000 שנה. שם הציע אברהם אבינו ללוט, בן אחיו, למנוע את המריבות בין רועי הצאן שלהם בעזרת הסדר מוסכם על חלוקת שטחי המרעה שלא היו תפוסים בידי התושבים עובדי האדמה - הכנעני והפריזי. רועים של אחד משניהם ילכו לרעות את עדריהם צפונה ואלה של השני ילכו דרומה. לפי המסופר בהמשך הסיפור, הסיכום בין אברהם ולוט התקיים, אך בהמשך הוא מסתבך וכן היחסים בין השניים בגלל מלחמות בין עמים מקומיים שונים ואירועים אחרים. אך לאור השוני של תנאי זמננו אני מסופק האם הפתרון לסכסוכים על ידי חלוקת הזכות לתחומי השימוש בקרקע הזמינה למרעה בין המעוניינים בה היא בסיס רלבנטי מספיק להסדר אצלנו, וזאת מבלי לפסול את חשיבות הדוגמה התנכית.



גוסטב דורה: התנ"ך

בשטחים שבעיבוד חקלאי דרושים גבולות לכל יחידת קרקע ולבעלים שלה להבטיח שהשקעות בקרקע והיבול ממנה יהיו באותן ידיים לאורך עונות ושנים: הזורע - קוצר! בשטחי בור שאינם מתאימים לעיבוד האדמה - בגלל אקלים או קרקע - התקיים גידול מקנה צאן ללא הקניית בעלות קבע פרטית על קרקעות. בהקשר זה ניתן להבין את ההסדר בין אברהם ולוט. מרעה הוא שימוש-קרקע 'דליל' שבו נדרשים שטחים גדולים לפרנסתם של מעטים. הוא קיים גם כניצול משנה של שדות השלף לאחר קציר או עשבי-בר במטעים בהסכמת הבעלים. כך היה במשך דורות חקלאיים רבים. כיום המצב שונה לחלוטין. השטחים המיושבים העירוניים מתרחבים ומצטופפים בלי קשר לפוריות הקרקע וגם שטחי בור פנויים נמצאים בלחץ גובר של שימושים דרושים וגם עבור תשתיות, מבנים ופעילויות חדשות, שבחלקן דורשות שטחים גדולים. יתר על כן, הצורך בשמירת מקומות פנויים כשטחים פתוחים הולך וגובר ודורש הגנה על ידי תכנון ושליטה בהם בידי הציבור. בנוסף מתפתח השימוש הרב תכליתי בשטחים פנויים למטרות ייעור, נחלים, קליטת נגר עילי, שימושי צבא, שמירת טבע, הנוף הפתוח ושהייה בו ומסדרונות אקולוגיים. יש שטחים בהם אפשר להשתמש למטרות שונות בחפיפה - וגם למרעה - אך כל זאת תוך ניהול ובקרה ציבורית!

מהות הספק שאני מבטא כאן איננה על חלוקת שטחים למרעה אלא הצורך בשמירת שליטת הציבור באמצעות המדינה על שטחים פנויים תחת רשויות, ושהצורך בשטחים פנויים ופתוחים בטווח הקצר ובעיקר הטווח הארוך הם באחריותם ובמרכז עניינם!

בימינו קיימות קבוצות המנסות להשתלט על אדמות 'כאילו' למרעה אך בפועל לוחצים על רשויות התכנון ועל רשות/מינהל המקרקעין לחלק ולהפשיר קרקעות פנויות לצרכים 'נדלניים'. גם הממשלה דורשת לקבל ככל האפשר יותר הכנסות ממה שנקרא 'שוק המקרקעין' שבו הקרקע הפנויה נמצאת ברובה ברשות המדינה. אך גישה כזו עומדת בסתירה לאינטרס הציבורי ארוך הטווח של שליטת הציבור בשטחים הפתוחים.

אקטואליה

איך אנחנו יכולים לעזור? הסטודיו הבטוח בחיפה אחרי ה-7 באוקטובר 2023

מאת: יהודית סיאנו



הערה: אני כותבת שורות האלה בחופשת הקיץ, בה באופן רשמי סיימנו את המפגשים. הכתיבה מתייחסת לפעילות שלנו מאוקטובר 2023 ועד תחילת החופש הגדול. כיוון שהמלחמה נמשכת, נראה שגם אחרי אוגוסט נמשיך לפעול בדרך זו או אחרת.

הסטודיו הבטוח ברחבי הארץ:

"יה"ת (האגודה הישראלית למטפלים באמנויות) הגיבה מיד לאחר ה-7 באוקטובר עם מודל הסטודיו הבטוח. בעקבות המלחמה, סטודיואים כאלה הוקמו כמעט ב-40 מקומות, אתרי קמפינג, מרכזי קהילה, בתי ספר ובתי מלון ברחבי הארץ, שאליהם הגיעו המפונים. הסטודיו הבטוח מאורגן על ידי מאות מטפלים באמנויות, מתנדבים שהוכשרו בריפוי טראומה. ד"ר אילנה לח, יו"ר יה"ת: "לצערנו, אנחנו מומחים לטראומה, אך מעולם לא חווינו כזה זמן".

לפני המפגשים מוודאים המטפלים שהמקום מתאים ובטוח לתהליך הטיפול, אוספים חומרים רבים המתאימים לקהל מגוון. כאן מוצאים מקלט מפונים מהדרום ומהצפון המופגזים. האמנות משחקת תפקיד חשוב, מחזקת את החוסן ומחברת משאבים אישיים וחברתיים בזמני משבר. למרבה הצער, הבנו שסטודיואים, שיועדו בתחילה להתערבות חירום קצרה, צריכים כעת לשנות את תפקידם לטיפול ארוך טווח.

הסטודיו הבטוח בחיפה:

מפגש עם המפונים בתוך המלון:

כמה ימים לאחר ה-7 באוקטובר, למדנו, נועה רבס שנהב ואני, שמלון דן בחיפה קלט מפונים מהצפון ומהדרום. בלי תכנית, פנינו למלון ושאלנו "איך נוכל לעזור?". פגשנו נציג מקיבוץ בעוטף עזה ואת מובילת הקהילה מקיבוץ דן בצפון. דיברנו עם האחראית על אורחי המלון. כולם היו מאוד מסורים ואסירי תודה. כולם הבינו מיד את ההצעה שהצענו ולמה הם זקוקים. החדר בקצה חדר האוכל הפך לסטודיו הבטוח שלנו. לא היה בו חלון, היה בו ריח קצת לא טוב, אך הייתה דלת שאפשר לסגור, כמה שולחנות גדולים, מספיק אור, ובכל יום שלישי אחר הצהריים הוא היה שלנו!

אילנה (שם בדוי), אישה גדולה, חיכתה לנו בכניסה למלון. "סוף סוף הגעתן, מאז יום שלישי שעבר אני מחכה לכן!" בסקרנות היא צופה בנו, מסדרות את ה"אוצרות" מהקופסאות ומהמזוודה שלי על השולחן הגדול שבצד, ניירות בגדלים ובמרקמים שונים, צבעים, גירי שמן, טקסטיל, מגזינים, והמון ג'אנק (חפצים מצויים), תמיד עם משהו שלא היה בפעם הקודמת. אילנה רוצה להיות הראשונה לבחור את החפצים הטובים ביותר. ידיה נוגעות בזה וזוה.

אקטואליה

עיניה נודדות מצד לצד "זה לא היה כאן בפעם האחרונה. האם הבאתן לי פחם כפי שהבטחתן? - כן? כבר לא צריכה אותו..." ואז מגיעים רחל (מורה, 87), יפה (רופאה, 52), חן (תלמידה, 15) ואחרים, כולם רעבים למה שמוצג כאן; ידיהם מתחילות לחיות חיים משלהן, יודעות טוב יותר מהראש מה ייבחרו ומה ייווצר היום. התהליך הקסום הזה של ההשתאות, של חיפוש ומציאה, מהיר יותר עבור אלה ואיטי עבור אחרים, הוא בעצם הטקס הפותח בסטודיו הבטוח של יום שלישי אחר הצהריים.

במהלך השבועות נוצרת קבוצת תמיכה של אמון בין המשתתפים המגוונים. הם משתפים את מצוקותיהם זה עם זה ואותנו, מעניקים זה לזו עידוד ונחמה. היצירות נלקחות לחדרי המלון, משנות את האווירה הנייטרלית שם לאישית ומשמעותית. שם התהליך הרגשי נמשך, לעיתים פשוט על ידי התבוננות ביצירות, ודיבור עליהן בפגישה הבאה, או שלא.

עם המפונים בבית הספר:

ילדי הצפון שפנו למלון צורפו לבית ספר יסודי בעיר כשמוריהם הם מורי הקיבוץ. במשך שני בקרים בשבוע, אנחנו נפגשות אתם ל"שיעורי אומנות". כך נקרא המפגש איתנו. הם שואלים מדוע זה מרגיש כל כך שונה משיעורי אמנות אליהם הם רגילים. שם מראים להם איך משהו צריך להיראות ואיך בדיוק הם צריכים לעשות את זה. "וכאן אנחנו יוצרים איך ומה שבא לנו..."

עד עכשיו, אנחנו תשע מטפלות באמנויות במלון ובבית הספר, מתוכן שתי ביבליותרפיסטיות שעובדות עם קבוצה של הגיל השלישי, שמשתמשות בטקסטים כדי לטפל בנושאים רגשיים. הרבה מהכללים שלמדנו ושהיו עבורנו מובנים מאליהם במשך עשרות שנים, כמו גבולות, חומרים... לא רלבנטיים כאן. כמו שפעם לא היינו מסכימים שהמורה תהיה נוכחת במפגשים טיפוליים עם הילדים. כאן היא יושבת בינינו, הרגשנו שגם היא מאוד זקוקה לזמן אתנו, עם הילדים ועם החומרים. שבוע אחרי שבוע ניתנת לנו ההזדמנות להמציא סדר חדש, מה שמאתגר וגם נותן סיפוק.

איך אנחנו יכולים לעזור?

שאלה פתוחה זו תמיד הנחתה אותי, אך מאז אוקטובר, יש לה חשיבות גדולה יותר.

במצב זה של טראומה, כאוס ואי-ודאות לגבי ההווה והעתיד, אני מאמינה שהשאלה הזאת חייבת להישאל כדי לכבד את האדם, לסמוך עליו שהוא שולט על מחשבותיו וצרכיו ויכול לבחור את סוג העזרה שהוא זקוק לה. התשובה מנחה אותנו בעבודתנו, במיוחד במצב חירום זה.

התערבותנו שואפת לעזור לאנשים למצוא את דרכם חזרה לחיים בצורה האפשרית הטובה ביותר ולמנוע PTSD (הפרעת דחק פוסט-טראומטית). אנחנו רוצות לתת את ההזדמנות לפרוק מבלי להתפרק. הניסיון שלנו מראה שהעיסוק בחומרים, כמו צבעים, חפצים ועוד, עוזר להביע את הכאב ולתת קול לכל הרגשות הסוערים. אומנות היא הטיפול.

הבחירה:

היד שנוגעת בחפץ מבצעת בחירה באופן מודע או שאינו מודע, כתוב בספרי HOLY JUNK. לדברי הפילוסוף הגרמני מרטין היידגר, אנחנו מוגבלים בבחירתנו החופשית. הוא קרא לכך "Geworfenheit thrown-ness", ואילו המוזיקאי ג'ים מוריסון הוסיף לזה מימד פיוטי כששר: "Into this world, we're thrown". לא בחרנו במלחמה ובתוצאותיה! אי-יכולת

אקטואליה

לבחור הופכת אותנו לחסרי אונים וחלשים. כאשר ילדים ומבוגרים בסטודיו בוחרים את החומרים והצבעים והופכים אותם ליצירת אומנות, זה יכול להיות מטאפורה ל"כתיבה" מחודשת של חייהם, ובשליטה עליהם.

טקסים:

במצב הנוכחי, יכולות הריכוז וההתמדה מוגבלות. לכן, חילקנו זמן בכל מפגש לחלקים: טקס פתיחה, זמן ליצירה (לעיתים מחולק לפעילויות שונות) וטקס סיום.

טקס הוא פעולה חוזרת, נוהל קבוע לפי סדר מוגדר. בקהילה, אנשים מקבלים בטחון, נחמה ויציבות דרך טקסים. כל ילדי הסטודיו שרו בהתלהבות את "החווה" שלנו בקצב מוזיקת הראפ בתחילת ובסוף כל מפגש. זה נתן להם שליטה על ההתחלה והסיום; בהתחשב בכך שיש להם כל כך מעט שליטה על חייהם עכשיו! שיר הראפ הוא כך:

בכל פעם כשרבו, אנחנו הזכרנו להם שורות מהשיר. לאט לאט השיר נטמע, ובמיוחד החלק של הכבוד ההדדי.
לפעמים הילדים הראו שטוב להם עם "כללי משחק" ברורים; הם היו אסירי תודה ושמחו לעקוב אחרי ההוראות, כמו עם אלה שב"תמונת המחזור":

אני לא פוגע בעצמי.
אני לא פוגע באחר.
אני לא הורס בכוונה.
אם משהו נשבר, זה לא נורא.
יש בינינו כבוד הדדי.



או ביצירות קמיעות עם חפצים מצויים



או בעבודה עם עיתונים



אקטואליה

אך לעיתים קרובות, הם הקשיבו בנימוס להנחיות שלנו, ואז השתמשו בהוראות ובחומרים כהשראה ליצירת ההפך. היו שהתנגדו בעקביות, "אנחנו רוצים לעשות איך שאנחנו רוצים, זאת האמנות שלנו!" באמת: היצירות, כושר ההמצאות וההתלהבות שלהם מהחומרים המגוונים לא הפתיעו אותנו אבל אישרו את התיאוריה שלנו: אמנות היא הטיפול.

אמנות היא הטיפול:

במציאות הנוכחית, הערנות היא סיוט מתמשך. מותר ליצירות לבטא הכול: משא, פציעות, פחד, כאב, אפילו זוועה. זה לא צריך להיות יפה, ולעיתים זה אפילו מותר להראות מגעיל. אבל רואים גם את הכמיהה לביטחון, רך, נחמה ותקווה. כמו בשימוש בחומרים רכים. העבודות שנוצרו הן עדות לעולם הפנימי והחיצוני. מה שגורם למשא להיות קצת פחות כבד בפנים.



היום אני מתגעגעת לבלגן הזה, לצעקות: "מה עושים עכשיו?" "הבאתם גבס?" "היום לא בא לי!" ועוד. אני מתגעגעת לימים שחזרנו הביתה - אסירות תודה שלנו יש בית! - גמורות מעייפות, שמחות שהיום נגמר וגם עם תחושה שעשינו משהו מאוד מאוד משמעותי. כולי הערכה לילדים שקשה להם, כל יום חווים נטישה - של הורה (הרבה מהאבות חוזרים לקיבוץ - לכיתת כוננות) של חברים שעוזבים לחו"ל או שחוזרים לצפון... אלה ילדים עם חוסן, ועם סובלנות מרגשת (לפעמים התפלאנו מהסבלנות כלפי חברי כיתה עם מוגבלויות), לא איבדו את הצחוק וגם לא את הבכי. שמנו לב ככל שהזמן עבר, הם - וגם המבוגרים - יותר ויותר מתוחים, כועסים. אך אחרי שנפגשים עם החומרים הכול נרגע. הכול. אמנות היא הטיפול.

אני לא מוצאת סיכום לכתיבה זו כי אין סיכום למצב שלנו. אנחנו חיים בהווה מיום ליום, מקווים כל ערב שהיום היה משמעותי והסתיים במשמעות, ונצנוץ קטן של תקווה נותן לנו לצפות ליום הבא שבו אולי, אולי, השלום יפרוץ...

הערה: כל הילדים וההורים נתנו את הסכמתם החתומה לצילום ולשימוש בצילומים.

יהודית סיאנו M.A.: מטפלת באמנות ומדריכה רשומה.

הפיקה בשותפות ארבעה סרטים דוקומנטריים על תרפיה באמצעות אמנות (YOUTUBE) יזמה וריכזה את הפרויקט הרב-תרבותי "DROP IN - WIN WIN" בבית הספר לטיפול באמצעות אמנויות באוניברסיטת חיפה, בשילוב עם משרד הרווחה ואת הפרויקט "סיפור ילדים על אהבה ויצירה" טיפול באמנות קהילתי עם ילדי פליטים בשילוב עם אל"ף (ארגון למען פליטים) ומכללת תל חי.

HOLY אנט - חפצים אבודים, מצויים ודחויים בטיפול באמנות יצא בעברית ובאנגלית.

דוא"ל: judithsiano@gmail.com טלפון: 052-4524880.



יוגה מותאמת בקהילה – לא על הגוף לבדו

מאת: טל רביד

כאשר שומעים את המילה "יוגה" נדמה כי המחשבה הראשונה הינה על תרבות רחוקה, אנשים שיושבים בשלווה ובדממה וצעירים גמישים מאוד. כל זה קשור ומציג משהו מהעולם הרחב של היוגה, אך מדובר בתמונה חלקית בלבד. מזה למעלה מ-15 שנה שאני מלמד יוגה מותאמת במסגרות שונות של ארגון עולי מרכז אירופה, בדוירים המוגנים ובמרכז הקהילתי בחיפה. שיעורי "יוגה על כיסא", תוכנית ייחודית שפיתחתי בהשראת המורה האמריקאית ליז פרנקלין, זכו לעניין רב מצד חברי הארגון והקבוצות היו תמיד מלאות ומחייכות עם תחושה שהאימון הזה עוזר ותומך בגוף ובנפש. עם תחילתו של משבר הקורונה פנתה אליי מנהלת הקהילה והציעה שנפתח קבוצה בזום. היו אלו ימים של סגרים וחששות מפני מפגשים וחולי, והבדידות פגשה רבים. הפעילויות הרגילות הופסקו והתעורר חשש אמיתי שהניתוק החברתי ייצור גם קיפאון גופני (סטגנציה) ופגיעה בבריאות.

הקבוצה שלנו החלה עם סימני שאלה – איך אפשר בכלל לפעול במדיה זו של למידה ותרגול מרחוק שהייתה אז בחיתוליה?

אולם, החזון של קהילת הארגון ביחד עם הרצינות של התלמידים, ואני מקווה שגם אני סייעתי במעט, הקים לנו קבוצה תוססת ופעילה שמאז אפריל 2020 ממשיכה להיפגש מדי שבוע בקביעות ולהתאמן ביחד לרווחת המתאמנות והמתאמנים המתגוררים במקומות שונים. כמורה ותיק וכיוגה תרפיסט ראוי לציין כי קבוצה זו היא מהקבוצות הרציניות והטובות שאני מלווה, ולמרות שמדובר בקבוצת אנשים שהמכנה המשותף המרכזי שלהם הוא שעברו זה מכבר את גיל 60 וצפונה מזה, אנו חווים ביחד הצלחות רבות ולא אחת אף שיפור במצבי בריאות מגוונים, בכושר הגופני ובמידת הגמישות, וזאת לצד היותה של הקבוצה עוגן לשיתוף ומפגש.

עברנו מאז ימים של חזרה לשגרה ולאחריה אירוע קיצוני נוסף ומטלטל ביותר, הטבח של ה-7.10 והמלחמה המתמשכת שבעקבותיו. נחשפנו כאן, במדינתנו החופשית לעולמות שלא חלמנו שנפגוש שוב ונושאים כמו הרג של יהודים בשל יהדותם כמו גם פליטות, ניכור והפקרה הפציעו אל חיינו. מצב קבוע זה של מתח וחרדה צבע את החיים של כולנו והרעיד ומרעיד את הקרקע שמתחת לרגלינו.

בקבוצת היוגה שלנו אנו לומדים ומתרגלים טכניקות מגוונות להקלה ולהתמודדות עם מתח הממוקדות באיזון מערכת העצבים האוטונומית ובקידום תחושת היכולת והביטחון. באמצעות טכניקות יוגה מגוונות המשלבות תנועה, נשימה והרפיה אנו מחזקים ומרפים במקביל את הגוף ומתרגלים מעברים בין מצבים אלו. זאת לצד יתרונותיו הכלליים של האימון ביוגה ותרומתו לבריאות הגוף והנפש.

האימון הגופני ביוגה תורם ליציבה ולשינוי המשקל וזאת בשל הדגש הרב הניתן בה למיקוד, ריכוז ואיזון, כמו גם לחיזוק איברי הגוף ומערכותיו, הגמשתו וחיזוקו והפחתת כאב כרוני.

מה יש בה ביוגה שעושה אותה לתורמת ולמועילה?

כאשר אנו אומרים "יוגה" כוונתנו היא לגישה הוליסטית לבריאות גופנית ונפשית האורגת את מכלול היבטי החיים (גישה, יחסים, רגשות ועוד). המפגש היוגי עם הגוף מציג בכל פעם הזדמנות חדשה לחוות את החיים ואת אנרגיית החיים

בריאות

בעצמנו בכל רגע נתון כפי שמגדיר זאת ד"ר בסל ואן דר-קולק מהמומחים הבולטים בעולם לשילוב יוגה בעולמות הטיפול: "היוגה פונה אל הגוף והנשימה פונה אל היציבות והרוגע. היא מאפשרת לך להרגיש כל דבר שאתה מרגישה, לשאת כל תחושה מכל סוג - ולחיות ולזוז עם זה".

האימון הגופני ביוגה משלב כאמור מגוון תנוחות, תרגילי נשימה וגישות של הרפיה. אנו עוברים על מפרקי הגוף השונים, מקצות אצבעות הרגליים ועד קצות אצבעות הידיים ומבקשים לסוך, להפעיל ולהזרים בהן דם וחיוניות. כדי לעקוף-להשלים את השחיקה הטבעית בסחוסים ובצמתי מפרקים אנו מחזקים את קבוצות השרירים המייצבות את השלד ואת שרירי הליבה.

בשונה מסוגים אחרים של פעילות גופנית מכוון אימון היוגה לשימור ולחיזוק האנרגיה האישית ("כוח") ואנו מקווים לצאת רעננים ומלאי חיים יותר בעקבות האימון מאשר הגענו אליו.

היוגה איננה רק פעילות תנועתית-נשימתית אלא, כאמור, מרשם הוליסטי המבקש להשפיע על אורח החיים ובכך על איכותם ועל מצב הבריאות.

באימון היוגה אנו נוגעים גם באיך אנו חיים, נחים, אוכלים ומתייחסים-חושבים ומנסים לחבר בין כל אלו לבין התרגילים עצמם ומרחב האימון. האם אנו מצליחים מעט להתנתק? לחשוב קצת פחות? ללמוד לקחת לעצמנו הפוגות? להכיר את הצרכים שלנו, את מה שעושה לנו טוב, מה שנותן כוח ומה שלוקח כוח. אימון היוגה מנסה לעזור לנו לפתח יותר מודעות ותשומת לב לגוף ולנשימה ומהם אל מרחבי השגרה. כך נכיר את עצמנו טוב יותר ונדע ממה (וממי) להישמר ואת מה לחזק ואל מי להתקרב. כך נוכל לצלוח ביתר קלות את מסע החיים ולהנות ממנו, גם ועל רקע רגעים של קושי והתמודדות.

לסיכום: בימים אלו של לחץ ודחק, של חיים בדריכות מוגברת ובלתי מסתיימת ושל אי-ודאות רבה וחריגה השוררת בחיינו, היוגה מסייעת במיוחד בהקלה, הרגעה ועזרה בהפחתת לחצים ומתחים ובשיפור ההסתגלות לתקופה המשברית. מפגש היוגה השבועי שנערך בארגון הוא הזדמנות ללמוד וליישם גישה מבוססת זו בחיים עצמם ומחוץ לשיעור.

כמובן שמוזמנים להצטרף, להשתתף ולהתאמן עמנו.

הצעה לאימון נשימה מרגיע (מפחית לחץ דם ומתח) - נשימת נחיריים מתחלפת

נתרגל נשימה לסירוגין מכל אחד מהנחיריים תוך דגש על הרפיה.

בישיבה על כיסא או על מזרן באחת מתנוחות הישיבה המתאימות לך, ניישר את הגב כשהסנטר מקביל אל הרצפה.

ניצור אטב עם אצבעות יד ימין (כמו בתמונה) ונסגור את נחיר ימין עם

האגודל.

ניקח שאיפה של 3 פעימות מנחיר שמאל, נסגור את נחיר שמאל עם

הקמיצה, נפתח את נחיר ימין וננשוף 6 פעימות. נשאף 3 מימין, ננשוף

6 משמאל, נשאף 3 משמאל, ננשוף 6 משמאל. כך למשך דקה ובהתאם

ליכולת. בהדרגה נאריך את זמן האימון עד 3 דקות.

מומלץ לתרגל על בטן ריקה (שעתיים-שלוש מארוחה כבדה).

אנשים הסובלים ממגבלה רפואית מומלץ שיתיעצו עם מורה מוסמך ליוגה לפני תחילת האימון.



**המפגש מתקיים בימי שלישי בין השעות 9:00 ל-10:00 באמצעות הזום.
פרטים והרשמה במזכירות הקהילה: 04-8258989**

כדאי לדעת !



הונאות ברשת -

מה חשוב לדעת וממה צריך להיזהר

עו"ד דורית אלון-כשר

עו"ד פלילית שהתמחתה בתיקי הונאה,

רכזת פרויקט "הגנה על אזרחים ותיקים מפני ניצול צרכני" בעמותת מרווה

כ-20% (אחד מתוך חמישה!) מבני הגיל השלישי נפלו קורבן להונאה צרכנית בשנה האחרונה. כך עולה מדו"ח שפרסמה הרשות להגנת הצרכן ולסחר הוגן במשרד הכלכלה בשנת 2023. ניתוח של מומחי חברת כרטיסי האשראי MAX מעלה כי הסיבות לכך הן ה"אותיות הקטנות" שיש בהרבה עסקאות וכן תמימות ואדיבות יתר של אוכלוסייה זו. להלן רשימת עצות והמלצות שליקטתי ממסמכים של חברות MAX וכאל ומניסיוני האישי, כרכזת פרויקט הגנה על אזרחים ותיקים בעמותת "מרווה":

- אין למסור את פרטי כרטיס האשראי שלכם או פרטים מזוהים אחרים, כגון: תאריך הנפקת תעודת הזהות שלכם, קוד סודי שמגיע אליכם לנייד לצורך "אימות כפול" - בשיחת טלפון **אם התקשרו אליכם**. אם אתם רוצים לשלם מרחוק (זה בסדר גמור ומאד נוח) - בצעו זאת **רק אם אתם התקשרתם** למספר הטלפון הרשמי של החברה/האתר או שאתם משלמים באתר של החברה!
- אף פעם לא ללחוץ על קישור (לינק) שנשלח אליכם (בין אם בדוא"ל, רשתות חברתיות, או בכל דרך אחרת), זה עלול להיות אתר שנועד לגנוב את הפרטים שתזינו. תמיד תיכנסו בעצמכם לאתר האינטרנט של הגוף לו אתם מעוניינים לשלם, או באמצעות הקלדה **בעצמכם** של כתובת הדוא"ל שאתם יודעים שהיא הכתובת הנכונה.
- אין מתנות חינם! אם סכום העסקה המוצעת נראה מאד אטרקטיבי - כנראה שזו הונאה. מומלץ לעשות חיפוש ברשת על בית העסק הזה, כמה זמן הוא קיים, האם יש עליו המלצות או דווקא אזהרות.
- מומלץ להיעזר באפליקציות כגון truecaller שמאפשרת לברר פרטים על מי שהתקשר אלינו לפי מספר הטלפון שלו, או כל תכנת אבטחה אחרת בה אפשר לראות אם קיימת אינדיקציה שלילית לגביו (הונאה/גניבה/scam).
- קיבלתם הודעה על חוב כביכול שיש לכם לגוף מסוים? תמיד להתקשר עצמאית למספר הטלפון של החברה או לכתובת הדוא"ל הרשמית ולא ללחוץ על הלינק שנשלח עם ההודעה.
- לא לבצע פעולה מתוך פזיזות, אם דוחקים בכם למהר ולבצע עסקה זו "נורה אדומה"!
- עסקאות בסכומים גבוהים אף פעם לא לבצע לבד, תמיד כדאי להתייעץ עם עוד מישהו, בן משפחה, חבר, מכר על מנת ש"עוד זוג עיניים" יחווה דעה על כדאיות העסקה וטיב בית העסק.
- יש חברות אשראי שמאפשרות לבקש שבכל עסקה שמבוצעת בכרטיס נקבל דיווח לטלפון הסלולרי, וכן מאפשרות להגדיר מראש עסקאות שלא נאפשר, כגון עסקאות טלפוניות/עסקאות און-ליין.
- חשוב להוריד אפליקציות לטלפון **אך רק** מן החנויות הרשמיות של יצרניות מערכות ההפעלה של הטלפונים החכמים (כגון: apple store או google play).

עמותת מרווה - משפט רווחה והעצמה, מפעילה, בשנתיים האחרונות, פרויקט הגנה על אזרחים ותיקים מפני ניצול צרכני. במסגרת הפרויקט אנחנו מעבירים ברחבי הארץ, ובמספר שפות, הרצאה בנושאי צרכנות נכונה והתגוננות מהונאות וכן מטפלים, חנים אין כסף, טיפול משפטי, באזרחים ותיקים שנתקלו בבעיה צרכנית, ולמי שמעוניין - יש אפשרות אף לקיום שיחות עם עובדת סוציאלית.

מוזמנים ליצור איתי קשר: 052-4567625 (תא קולי) / דוא"ל dorit@marva.org.il

שירה

נְחֻטָּה נְשֻׁמָּה / נִירָה חצ'ק

מִתּוֹךְ הַחֶנֶק
הַגִּיעָה הַצָּעִקָה

אוֹתָהּ אִשָּׁה
אֲשֶׁר כָּרְעָה
תַּחַת עֵלוֹ
שֶׁל הַחוּטָף
נְחֻטָּה שָׁם
נְשֻׁמָּה

בְּאֶפֶק בְּתֵי הַקְּבוּץ
זְקוּפִים
בְּבִדּוּתָם

יָמִים עָבְרוּ
עֲלֶיהָ
בְּמִנְהָרוֹת עֲזָה
הַמִּיאֶשֶׁת
הַקּוֹדֶרֶת
הַקְּרָה

מִתּוֹךְ כָּל אֵלֹהִים
צָצָה הַתְּקוּהָה
הַמְּנַחֶמֶת
וְלֹא מְרַפָּה

קֶצֶת

נְשִׁימָה!!!

תִּגְיַע נְחֻמָּה



פיסול: אירית זהבי

**חיפשתם את פעילויות המרכז הקהילתי?
תמצאו אותנו בעמודים 37-39**



חשבון נפשי

מאת: שמעון מיטלמן

כמנהג היום,
אני נפנה לחשבון הנפש,
והנגלה לי מטריד,
כי סמני קריאה בחיי נעלמו,
"לטובת" סמני שאלה כמו:
לאן פנינו ?
מיהו המוביל ?
מהם מניעיו ?
ובניסיונותיי למצוא תשובות,
ערפל כבד מכסה עלי,
קשה לפיזור וחונק...
ולי רק נותר לייחל ש...
תעלמנה פרעות עבר,
שערי תקווה ייפתחו לטובה,
פריחה תבוא על ארצנו,
הלוואי כן יהי !

חלום

מאת: שמעון מיטלמן

ותשקוט הארץ 40 שנה ויותר,
ואנשיה מסבירי פנים לכל.
בצפון פשט כבר ירוק,
והדרום שוב כוסה בפרחי האדום.
ואני נאחז בכרית,
רק מבקש: "השאירו אותי בחלום",
כי הוא כל שנותר לי,
אל מול מחר מאיים,
או תמול-שלשום מדמם.
וחושך על פני תהום.

כל שנותר בי-חלום.





חג החנוכה בספרות הילדים הארצישראלית

מאת: ניצה פרילוק

לא אחת מוטבע חותמה של תקופה גם בספרות המיועדת לילדים ולבני נוער. חנוכה בארץ ישראל המנדטורית בזמן מלחמת העולם השנייה הוא נושא יצירות הספרות שיובאו כאן. כ-430,000 יהודים חיו אז בארץ. היה זה חג חנוכה של דאגה עצורה, של ספינות מעפילים המגורשות מחוף מבטחים; המִתְנַה לַבָּאוֹת וגם חלומות על נסים וקיבוץ הגלויות. הסיפורים והשירים הנחילו לקוראים הצעירים רעיונות על גבורה ועל אור, ובכך מבטיחים הם כי הַשְׁחֹר יחלוף ובניין ה"בית הלאומי" קרוב.

חג החנוכה בולט בלוח השנה העברי כמאדיר גבורה. אליו מתקשרות אידיאות אחדות: שאיפה לעצמאות ולשמירת הצביון היהודי, מרי ומאבק של לוחמים, ניצחון על הצורר, ואף נס קטן ומלהיב שהונצח לדורות בנרות החנוכיה. מוטיב ה"גבורה" להקשריו חדר אפוא לטקסטים ספרותיים שנכתבו בשנים של טרום מדינת ישראל. עיתוני הילדים בארץ ישראל שימשו אז אכסנייה חשובה ליצירות ספרות חדשות, ובכך תרמו, שבוע אחר שבוע, לפרסומן ולהפצתן בציבור ובמערכת החינוך. בדומה למצביא קדום, היוצא לקרב ומבקש אות הצלחה משמים, פונה דני בן השמונה אל אדון עולם ומבקש שיעניק לו כוח, ויעשהו גיבור חיל. כך בשיר "תפילה" מאת מרים שטקליס. מטמורפוזה זו חיונית היא לדני שהחליט לצאת לשליחות לאומית מְשֻׁלוּ: הבאת יהודים פליטי מלחמה מאירופה אל ארץ ישראל. לא באונייה שהפלגתה אטית - יביאם, אלא באווירון. בתבנית העלילה ממלא המטוס, שהיה חדשני, את תפקידו הפלאי של ה"שטיח המעופף" שבסיפור העממי.

(דבר לילדים, י"ט בכסלו תש"א). (1941)

שְׁלוֹם עֲלֶיךָ, אֲדֹנִי. / אֲנִי דָנִי. / אֶתָּה זֹכֵר אוֹתִי בְּיָדַי? / [...]
אֲנִי רוֹצֶה עֵט נוֹבֵעַ. / אֲנִי רוֹצֶה כְּדוֹרְגָל. / וְאֵף לֹא אוֹפְנִים. /
אֲדֹנִי בְּשָׁמַיִם, / רוֹצֶה אֲנִי דָבָר אֶחָד, / וְרַק הַדָּבָר הַזֶּה בְּלִבִּי.
וְלֹא - מָה אֶכְפֹּת? / הֲלֹא אֶתָּה כָּל-כָּךְ גָּדוֹל, / הֲלֹא אֶתָּה יָכוֹל הַכֹּל,
עֲשֵׂנִי, אֲדֹנִי, עֲשֵׂנִי בֶן-לֵיל - / עֲשֵׂנִי גִבּוֹר חֵיל!
גִּבּוֹר לְבָלִי חָת, לְבָלִי פֶחַד, / חֲרָבִי בִימִינִי מְנַצֶּחַת!
כְּמוֹ מִתְתִּיחוּ עֲשֵׂנִי, / כִּיהוּדָה הַמַּכְבִּי עֲשֵׂנִי,
לְמִדְנִי, אֲדֹנִי, לְמִדְנִי / הֵיּוֹת גִּבּוֹר.

על פי התכנית שהגה דני, ייבנה אווירון גדול, ולו תותחים וגם סולם מתקפל ארוך-ארוך כשייפתח הסולם - יגיע מהשמים עד האדמה. ועליו שלט זהב: "פה עולים יהודים לארץ ישראל". וכך יתנהל המבצע: "בְּכָל מְקוֹם בּוֹ שָׁם יְהוּדִי נִשְׁמָע - / יַעֲלֶה בְּסֵלֶם / כָּלָם, / וַאֲבִיָּאֵם אֵלֵינוּ, / אֶל אֶרֶץ יִשְׂרָאֵל, אֶל אֶרְצֵנוּ".
"חנוכית האש" נכתבה בפרוזה מחורזת על ידי בלה ברעם-לוטן, ובמרכז הילד רם (דבר לילדים, חוברת 12, כ"א

נוסטלגיה

בכסלו תש"ב). "גיבור" - כך מכנה רם את אביו החייל, הנמצא במדבר המערבי בצפון אפריקה כדי להדוף את צבאות גרמניה הנאצית בפיקודו של הגנרל רומל, ולמנוע את כניסתם לארץ ישראל. כ-800 יהודים מתנדבי היישוב לצבא הבריטי נפלו במלחמה. הרקע ההיסטורי זהה לזמן כתיבת הסיפור. התואר "גיבור" מעיד על גאוות הילד באביו, ומשמש מן הסתם פיצוי-מה על חסרונו של האב בבית.

אבא של רם חייל. כבר שנה שאבא רחוק-רחוק במדבר, / נלחם בהיטלר הצר. /
אבא הגיבור! אבא הטוב!. / לפני חודש כתב אבא מכתב: /
אמא ורמי חביב! / אבוא לחנוכה. / אביא חנוכייה מתנה, /
נדליק, אמא, אני ורם נרות / לזכר הנס והאור / וניצחון יהודה הגיבור.
אבל האב לא הצליח להגיע לחג, ואף הודיע על כך במכתב נוסף.
בערב הדליקו אמא ורם נר ראשון / של חנוכה - לבדם. / רמי ידע:
יש לו אבא גיבור כיהודה, / וכמו יהודה שיצא נגד היווני הרע / שהחריב והרג - /
כך גם אבא לא שתק / יצא למדבר נגד הצר.

ביצירה זו, כבקודמתה - ילד הוא ההוגה פתרון למצוקה של המבוגרים. הצלחת ילד במקום שמבוגרים כשלו היא מוטיב שכיח בז'אנר סיפורי החבורה ובסיפור הבלשי לילדים. הפתרון בסיפור מתרחש בחלום הלילה, ובסיועו של זקן נאה ובעל הדרה - מתתיהו החשמונאי. הזקן פורש את אדרתו, והשניים טסים עליה אל שמי המדבר - מעל מחנה הצבא הבריטי, שם משרת אביו של רם. ולפתע, על הרקיע הכהה הופיע שרטוט של חנוכיית אש גדולה, ושני נרות דולקים בה. למראה מופלא זה פצחו החיילים היהודים בשירת "מעוז צור ישועתי".

"יצאו החיילים מכל האוהלים, / כולם. / הביטו ראו: /
כאן במדבר בתוך השחור, / בשמים דולקת חנוכייה של אור".

בשתי היצירות, המושגים "גבורה" ו"גיבור" נקשרים במשימה לאומית אדירה המתבצעת בידי ילד - בדמיון או בחלום - בימי חנוכה, מעבר לגבולות ארץ ישראל.

המשורר ש' שלום עיצב את מוטיב האור בשיר "לאור הנר" על האנשת הנר, תחבולה פואטית שהייתה שכיחה בכתיבה לילדים ("דבר לילדים", חוברת 18, י"ט בכסלו תש"א).
שלהבת הנר המתנועעת, המתפתלת וכאילו משתובבת, מושכת את המתבונן להאנשת הנר.
הנה שורות מתוך הדיאלוג - הדובר האנושי שואל, והנר משיב.

נר חביב, נר נאה,	עונה הנר, הנר אומר -
בעיניך הן תראה,	אני רואה, השחור עובר.
אשר צפא מעין כל איש,	אור יאיר מבין עבים,
נבא, נרי, נבא נא חיש.	אל ארצם בנים שבים. [...]
על עמי מה יהי,	בשרשרת ארקה,
עם קרוע ועני?	כה לחי בחנכה.

נוסטלגיה

הפנייה אל הנר בשאלה עמוקה על גורל העם מציגה את הנר כנביא, כמגיד עתידות הרואה למרחקי הזמן. המעמד אף מזכיר סצנות מקראיות של השואל באוב. והנר ממלא את הציפיות. כחכם בקי ובעל ניסיון משמיע הנר דברי נחמה ועידוד, וגם מדריך ומגלה באיזו דרך יזורז המהלך של שיבת ישראל לארצו. מסתבר כי בואם של ימי הגאולה תלוי ומותנה גם בילדי ארץ ישראל – להם חלק בהתגשמות המשימה הגדולה. עליהם להיות עזים ונחושים, להשמיע את קולם, ולקבל בחום ובאהבה את הבאים מערי אירופה החרבות. השיר, לקראת סופו, מציב אתגר מעשי לקורא הצעיר.

כִּי תִקְרָא, כִּי תִבְיָא, / כִּי תוֹשִׁיט לָהֶם הַיָּד - /
יִתְלַקְטוּ אֶחָד אֶחָד: /
יֵלֵד יֵלֵד וְנֵרוֹ, / דָּגֵל דָּגֵל וְזֵרוֹ.

בסיפורים ובשירים המסורתיים לחג החנוכה הוכנסה אפוא רוח חדשה. נשמע בהם הד למאורעות הדרמטיים של תקופת ההווה (1939-1943). מאגר העלילות הסיפוריות מתרחב ומתגוון, כפי שמצאנו בשבועון "דבר לילדים". על בסיס אנלוגיה (לא מפורשת) בין מלחמת החשמונאים וגבורתם ובין המלחמה בצבא גרמניה – נעשה העבר ההיסטורי קרוב לקורא הצעיר. הילד הופך שותף במאבק של המבוגרים. ובולטת הכוונה הדידקטית לכתיבה: לחנך את הילדים לחשיבות התרומה האישית ללאום ולמדינה שבדרך.



איזה הרשקוביץ, חנוכה חג האורים, עפרונות פסטל



הרמן פכנבר, הדלקת הנר, חיתוך עץ

חיפשתם את פעילויות המרכז הקהילתי?
תמצאו אותנו בעמודים 37-39

רחוב פבזנר 26 - הדר הכרמל בשנות ה-40

מאת: נרי חנס

בעיר חיפה, ברחוב פבזנר 26

עומד בית, שלוש קומות לו יש.

בחזית חנות מכולת לתפארת

בה מוכרים ליברמן מר וליברמן הגברת.

וכשבא שרגא, בן דודי הצעיר ממני בשנה,

וביקש זייש (זית שחור) כלומר: זית-זייתון

שאלה אותו מרת ליברמן - בעלת החנות

"שרגר, רוצה זיין?"....

בקומה הראשונה בעלי הבית מרוסיה,

גוטמכר דוב ודויד אליו באו.

בקומה השניה ראו זה פלא...

מרוסיה משפחת "פולני" - פולנים?

(יאיר פולני שיחק בבריכת בת גלים, היה חבר אגד)

לישראל הגיעו גם אלה

משפחת פרוגרס היקס, שהיה צועק מהג"ה:

"לכבות את האור..."

"לא מוציא הראש - דו איין חמור" (1948)

ומשמאל משפחת פורשטיין - פלד.

ובקומה ג', כך מימין

ומשפחת שטיינשרייבר עם אמרי השפר:

"תלכי בצל" "גם בערב..."

"אני לרצות פרחים, אני לקנות לבד" אמרה הגברת לבתה.

ואחרונים חביבים

לילנפלד דוד ופנינה בצד.

משפחת: הורי, אחותי אהובה ואני... הקטנה... נרי.

והדירות של אז נאות בעינינו, בהתאם לסופרת...

המטבח הצר והלוהט - נאה גם נאה

והמסדרון הצר והארוך

מוביל אל הפתח והדלתות הפתוחות.

והמציץ לתוכן ישאף מלא האף

את הבורשט, הוורניקס, הקניש והסלט.

הצ'ולנט, הפיצ'ה וההלזלה - הצוואר הממולא

הקיגל, השניצל והלוקשן במרק.

והתפריט אחיד וכך גם הריהוט

מה שבישלו בקומה הראשונה

טעמו וקינחו בשניה

רקחנו ושיבחנו בשלישית.

וגבירות החן, פנינה אימי, ליבלה - אמא של אורי

מדגמנות את אופנת הקיץ - היה חם מאוד -

מכנסיים קצרים, חזיה וסינר.

המטבח לוחט, אין מזגן? להתלבש איך אפשר?

והילדים נודדים מדירה לדירה

הן כולם כאן דוד וכולם כאן דודה,

משחקים בחצר ב"קציצות" מאדמה

מתחבאים ומסתתרים בחדר הכביסה.

וחכמים הילדים, בעלי אי קיו

לביה"ס הריאלי שלושתם נרשמו.

אהובה, אחותי, חותמת על הערות המורה של רחל פולני

רחל בתלבושת בי"ס ישנה

ואורי שלנו, נציג אלוה

משתתף בבית הכנסת במניין בני הנוער.

וגולת הכותרת הלא היא הגג.

בו כיבסו ותלו

ואת המצווה שלי, היה בו חג.

וממנו הודעות לרחוב יוסף נשלחו,

מהמרפסת ברחוב פבזנר לגג ברחוב יוסף,

בשריקה לדודה קראו

ומשם לדודה עליזה שעלתה וצעקה

נוסטלגיה



הבית ברח' פבזנר 26. צילום: רפי סיאנו. דצמבר 2024

הן טלפון לא היה והשיחה דחופה.

וכך, ובלי משים עברו להן 60 שנה ולאט, לאט גם הבית השתנה. עזבוהו דייריו - לא עוד ישובו הדלתות נסגרו, הריחות נטשוהו... אורי היגר לנהריה - הוריו למקום שכולו טוב. רחל ירדה לתל אביב השכן פוגרס לבית האבות ורק דודה פנינה - אימי, שומרת על הגחלת לך כמו כולנו רק אושר מאחלת ורוב שנים עם רחל והילדים ביחד בבריאות טובה בשלווה ובנחת. ונזכור נא כולנו את שכנינו היקרים על הבית ברחוב פבזנר 26 לא נשכח לספר לילדים.



חידוש דמי חבר לשנת 2025

200 ₪ ליחיד / 250 ₪ לזוג

למה זכאים חברי הארגון:

- הנחה בכניסה לבתי הדיור המוגן והמחלקות הסיעודיות של הארגון (בהתאם לוותק ולרצף בתשלום דמי החבר).
- בחירת חברי הוועד המנהל.
- מנוי לכתב העת של הארגון, ה"קהילתון".
- זכאות והנחה בתשלום לפעילויות במרכז הקהילתי שבשד' מוריה 55, חיפה.

את התשלום ניתן להסדיר כדלקמן:

- כרטיס אשראי: במזכירות הקהילה ובטלפון 04-8258989.
- מזומן: במזכירות הקהילה: שד' מוריה 55, חיפה.
- המחאה בדואר: יש לרשום את ההמחאה לפקודת: ארגון פסגות כרמל-דיור מוגן (ע"ר). כתובת למשלוח ההמחאה: ארגון פסגות כרמל, שד' מוריה 55, חיפה 4357320.



יוחנן רטנר, מנהיג, מפקד, אדריכל, דיפלומט ואיש חיפה

מאת: רפי סיאנו

יוחנן (יבגני־ז'ניה) רטנר נולד בשנת 1891 בעיר הרוסית אודסה שלחוף הים השחור. אימו נפטרה בלידה והילד גדל תחילה אצל אביו ובהמשך אצל דודתו ואצל אשתו השנייה של האב וגם אצל סבו ניקולאי פרץ, הוריי האם. הנער קיבל מכול הסובבים אותו הרבה אהבה. אחרי הפרעות ביהודים ב-1905 והוא בן 14 נשלח ללימודים בגרמניה. הוא סיים בגרות בגימנסיה הריאלית במנהיים, שם הצטרף אויגן, כפי שנקרא שם, לתנועת הנוער "ואנדרפוגל", אותה עזב בכעס בשנת 1914 כשנוכח את היות התנועה אנטישמית. במכתב חריף אל חבריו הוא ביטא את מורת-רוחו.

בשנת 1910 בגיל 19, חזר יבגני־אויגן לרוסיה לשרות צבאי בן שנה אחת, כולל קורס קציני מילואים בצבא של הצאר, כדי למלא את התנאי להתקבל ללימודים גבוהים. בתקופה הזאת הכיר את רחל לוברסקי, לימים כגן, ואז התחיל רומן ביניהם. לימים הייתה רחל כגן בין החותמים על מגילת העצמאות וכיהנה כחברת כנסת ונשיאת ויצ"ו ישראל.

אויגן השלים בגרות ברוסיה אך בשל יהדותו לא הוענקה לו דרגת קצונה. עם סיום שירות החובה שב לגרמניה ולמד שנתיים ארכיטקטורה בקרלסרואה, אך לא סיים את לימודיו בגלל פרוץ המלחמה והוא חזר לרוסיה.

במלחמה של רוסיה הצארית נגד גרמניה ואוסטריה באוגוסט ב-1914, הוצב אויגן בדרגת סמל ביחידת הנדסה בה למד וניהל לוגיסטיקה ועבודת מטה. הוא עבר ליחידה של קוזקים בחזית הבלטית ושם הופעל כשרטט מפות וכאיש מודיעין וזכה באות הצטיינות הגבוה ביותר. בסיום המלחמה השתחרר בדרגת אלוף משנה (קולונל) ושב לאודסה, שם היה פעיל בארגון של הגנה עצמית של יהודים וטיפח את הרעיון הציוני.



יונתן רטנר

מירושלים לחיפה

בשנת 1923, אחרי סיום לימודיו בקרלסרואה, בהיותו בן 34, עלה רטנר ארצה והחל לעבוד כפועל בניין באתר הקמת האוניברסיטה העברית על הר הצופים. כעבור זמן מה עבר לטבריה ואחר כך לחיפה כמנהל עבודה בחברת "סולל בונה". ב-1925 הצטרף לארגון ה"הגנה" בחיפה בתנאי שהציב שיתחיל כטוראי פשוט. על רקע העבר הצבאי וידיעותיו השתלב מהר מאוד בצמרת הפיקוד של ההגנה בחיפה. רטנר הצטרף לארגון ההגנה והביא שם להרחבת האופקים באימוני המפקדים שלראשונה כללו לימודים על נושאים צבאיים כגון: ביצורים, פעולות קרב בשטח בנוי, הכרת האויב וכו'. כעבור שלוש שנים מונה לסגן של יעקב פת, מפקד ההגנה בחיפה.

היסטוריה

מאורעות תרפ"ט ומצדה על הכרמל

בפרוץ המהומות ב-1929 (מאורעות תרפ"ט) יוחנן רטנר שהה בירושלים על מנת לעבוד על הפרויקט של בניין המוסדות הלאומיים (קרן קיימת, קרן היסוד, הסוכנות היהודית). מפקד ההגנה יוסף הכט שלח אותו למושבה מוצא שבפאתי ירושלים. ערבים של הכפר הסמוך קולוניה התנפלו על המושבה הקטנה ורצחו את משפחת מקלף. רטנר ארגן את הגנה באמצע תוהו ובוהו זה.

בעקבות פעולותיו של רטנר, קולונל קיש, ראש המחלקה המדינית של הסוכנות היהודית, הזמין אותו לדיווח ובעקבות הפגישות ביניהם קיש מינה אותו ליועץ בטחוני ואז גם התגלה להם ששניהם בעלי דרגת אלוף משנה (קולונל).

ב-1936 בפרוץ המרד הערבי הגדול, רטנר היה ליועץ הגופים המתיישבים ולהגנה. הוא יעץ בגיבוש מפת ההתיישבות עם מבט לעתיד. הוא אבי הרעיון של "חומה ומגדל" והיה גם יועץ בפרטים טכניים. בשנת 1938 הציע רטנר להקים מטה כללי להגנה והוא מונה לראש המפקדה הארצית של הארגון. בהגנה אימץ את השם "יוחנן" ששימש אותו בהמשך חייו. גם הפיכת ארגון ההגנה ממיליציה לצבא היה פרי יוזמתו.

ב-1941 הוא השתלב במטה הצבא הבריטי בחיפה. על הפרק עמד האיום מצפון: כאשר צבא וישי הצרפתי בלבנון ובסוריה סר למשטר הנאצי. איום גדול יותר היה במערב, כאשר בקיץ 1942 עמד הצבא הגרמני בפיקודו של רומל בצפון אפריקה ובארץ חששו פן יפלוש לארץ ישראל. יצחק שדה ויוחנן רטנר הכינו בתאום עם הבריטים תוכנית "מצדה בכרמל". התוכנית כללה חפירות ומחסומים נגד טנקים.

מאוחר יותר נולדה האגדה שאם הבריטים יעזבו את הארץ, האתר על חפירותיו יהפוך לנקודה של הקרבה עצמית כמו מצדה לפני 2000 שנה.

ב-1945 כידוע חלף האיום ורטנר פנה לתכנון פרויקטים חדשים. עלה הרעיון של שיתוף בין הטכניון, האוניברסיטה העברית בירושלים ומכון זיו (היום מכון ויצמן) והקמת "חיל המדע" על מנת לפתח נשק בייצור מקומי. רטנר צפה בעתיד קרבות עם מדינות ערב והערבים המקומיים שהתנגדו לרעיון הקמת מדינה יהודית.

במטכ"ל ושליחות לרוסיה

במלחמת השחרור ב-1948 מונה רטנר ע"י ראש הממשלה דוד בן גוריון, לממלא מקומו של הרמטכ"ל יעקב דורי שחלה. באוגוסט של אותה שנה נשלח ע"י דוד בן גוריון כנספח צבאי למוסקבה. בימים אלו רוסיה הייתה ספקית של הנשק הצ'כי. יש לזכור שהנשק הזה היה קריטי להישרדות המדינה ובימים ההם טרם החליטה הנהגת המדינה אם היא תיצמד לגוש הקומוניסטי או לגוש המערבי.

אדריכל וסגן מנהל הטכניון

נזכיר, בשנת 1923 יוחנן רטנר סיים את לימודיו באוניברסיטה הטכנית של קרלסרואה בהצטיינות עם תואר מהנדס מדופלם. רחל כגן, אהובתו מאז 1910 שבינתיים התחתנה, שכנעה אותו לעלות לארץ ישראל. כאשר עבר לחיפה הוא קיבל משרת אסיסטנט לאדריכלות בטכניון. בשנת 1925 היה לעוזר הוראה של פרופ' אלכסנדר ברוולד בפקולטה לארכיטקטורה בטכניון וב-1930 אחרי שברוולד נפטר היה רטנר ליורשו בתפקיד "דיקאן". החל מ-1939 היה חבר בהנהלת הטכניון, ה"קורטורים" וב-1960 נבחר למשנה הנשיא של מוסד זה.

היסטוריה

ב-1927 השתתף רטנר בתחרות היוקרתית לתכנון בית המוסדות הלאומיים בירושלים (קרן קיימת, קרן היסוד, הסוכנות היהודית). הוגשו 37 הצעות, כאשר בין המגישים היו בעלי שם כמו ריכרד קאופמן, אלכסנדר ברוולד, אריה שרון, ליאופולד קרקואר ועוד. ועדת השופטים בחרה באויגן רטנר כזוכה.

הנה רשימה חלקית של פרויקטים פרי תכנונו (החיפאים הוותיקים בוודאי יזכרו גם את המבנים שבינתיים נעלמו): בית הפועלים והאמפיתיאטרון בהדר, האגף המערבי של סניף בנק אפ"ק (בנק אנגלו-פלשתינה, היום בנין הסיטי בעיר התחתית), בית ברל קרוב לכפר סבא, מדרשת בן גוריון בשדה בוקר, הפקולטה לאווירונאוטיקה בקרית הטכניון, קופת חולים זמנהוף בתל אביב ועוד. שימו לב תושבי חיפה - שגם את מגדל המים ברח' היינריך היינה, בכרמליה, תכנן רטנר.

שליחות לבורמה

בשלהי שנת 1954 התבקש פרופ' יוחנן רטנר לעמוד בראש משלחת מומחים לבורמה (היום מיאנמר), לשם ייעוץ בענייני פיתוח ולעיבוד תוכניות לחינוך טכני. בשביל ישראל היה זה הישג יוקרתי ממדרגה ראשונה.

חיים פרטיים

בשנת 1933 נישא יוחנן רטנר לאורה (קודם פלורה) לבית וייל, ולאחר כשנה נולד בנם הבכור דוד. אורה הייתה עולה חדשה מגרמניה. היא נולדה במנהיים, הייתה חברה בתנועת הנוער הציוני "בלאו-וייס" ולמדה ריקוד. בעיר קלן היא לימדה ריתמיקה לילדים ולצעירות עד אשר במרץ 1933 נתלה צלב קרס על הבית בו לימדה. כעבור כחודש כבר הגיעה לחיפה, היא חיפשה עבודה ורקדה ב"נשף הירוק" של ויצ"ו. (כשכר קיבלה פרימוס). בנשף זה היא פגשה את רטנר וחודשיים לאחר ההיכרות וארבעה חודשים לעלייתה - הם נישאו, היות ואורה הייתה בעלת אשרת תיירת בלבד וכך נישואיה אפשרו לה להישאר בארץ באופן לגאלי.

הבן הבכור דוד, יליד 1934 סיים קורס טייס מס' 13 והוצב לטייסת 105. הוא נהרג בהתרסקות מטוס הספיטפייר ביום 4.4.1954 ונטמן בבית העלמין הצבאי בחיפה.

הבן השני מיכאל, יליד 1938, גם הוא אדריכל ומתכנן ערים. הוא גר ברחוב יפה נוף בבית שתכנן ובנה אביו יוחנן. הבית שימש בשנות השלושים של המאה הקודמת גם כעמדת תצפית ואיתות בין חיפה ליישובי הצפון. יוחנן רטנר, המנהיג שנשכח, נפטר ב-28.1.1965.

הרשים אותי דפוס העבודה שלו: בבניין התחיל כפועל פשוט על מנת להכיר את יסודות המקצוע, בצבא התחיל כטוראי למרות שהחזיק בדרגת קולונל. הוא ניהל למעשה חמש קריירות במקביל: בהגנה ובצבא, כמעצב אדריכלי, כמורה באקדמיה, כמעצב ההתיישבות וכמפתח אמצעים ללחימה במסגרת חיל המדע.



בניין המוסדות הלאומיים בירושלים



הטלוויזיה הקהילתית ואנחנו

מאת: אירית זהבי

ילדי מלחמת העולם השנייה באירופה ששרדו את השואה יש סיפורי חיים שלא יאומנו.

אני אחת מהילדים הללו, ששרדו את המלחמה במעון של נזירות בוורשה בזכות בדויה.

שנים רבות לא סיפרתי את סיפור חיי עד שהגיע הרגע שהבנתי שלמען הדורות הבאים עלי לתעד את סיפור חיי. המדיה שנראתה לי ראויה לספר את סיפור חיי הייתה הטלוויזיה הקהילתית. מזה עשר שנים בעלי ואני פעילים בטלוויזיה הקהילתית בחיפה בקבוצת רמות.

הערוץ הקהילתי, ערוץ 98 בחברות YES ו-HOT הוא הערוץ הקהילתי הפלורליסטי היחיד במדינה, הוא בעל תכנים ויוצרים מגוונים מאוד כאשר המשותף לכולם הוא הרצון לתעד, ליצור, להביע ולהשפיע. בחיפה קיימות שלוש קבוצות לטלוויזיה הקהילתית. הסרטים משודרים במגזינים של חצי שעה כל אחד במשך חודש שלם בערוץ הקהילתי וניתן גם לאתרם ביוטיוב.



מבחינתי זאת הדרך הטובה ביותר לספר סיפור חיים, שלא לדבר על תחושת הסיפוק שהתחקיר, הצילום והתיעוד נותנים לאדם העוסק בנושא.

הקבוצה הנקראת טלוויזיה קהילתית רמות חיפה מונה כ-15 חברים וחברות שכולם אוהבים לצלם וליצור סרטים בנושאים מגוונים. אנו נפגשים אחת לשבוע ומשתפים חומרים שיצרנו איש איש בתחום שמעניין אותו - החל מראיונות וסיפורי חיים מעניינים (כמו אירית שלנו, למשל) דרך טיולים בארץ ובעולם שכוללים לעיתים אתרים מאתגרים כמו מסלולי שבילים הרריים ותלולים או שייט וצלילה תוך חקר ממצאים מתחת למים.

אנשים שמתעניינים במוסיקה או באמנות חושפים את הצופים ליצירות ולאומנים תוך כדי שהם עובדים בסדנאות שלהם.

כאשר עוברים על כולנו כאן בארץ אירועים ותקופות לא שגרתיות ולא פשוטות, גם אלו יתבטאו בסרטים שלנו. חשיפת רגשות בסרט מסייעת לצופים להזדהות. יש החושפים אירועים היסטוריים דרמטיים שעברו והיו חבויים בנפשם שנים רבות כך שרק היום מצליחים לשחרר את סיפורם לסרט שמרגש את כולנו.



לצפייה בכתבה על פרשת ילדי סלבינו
סרקו את הברקוד:



לצפייה בכתבה על ילדי המנזרים
סרקו את הברקוד:

אם יש לך סיפור חיים מעניין ואתה רוצה לתעד אותו - פנו אלינו: izehavi@bezeqint.net

נוסטלגיה

ט"ו בשבט

ט"ו בשבט - ראש השנה היהודי למניין שנות פירות האילן בארץ ישראל. נהוג לאכול ביום זה מפירות הארץ, במיוחד מפירות שבעת המינים, ויש הנוהגים לערוך בו "סדר ט"ו בשבט". בשל מרכזיותו של התאריך, בהקשר לחיבת הארץ וקדושתה, זכה יום זה למשמעויות רבות לאורך השנים. בתקופת העליות שלפני קום המדינה ראו בט"ו בשבט חגיגה בסימן התעוררות האומה לתחיית היישוב בארץ ישראל, והתחדש מנהג נטיעת העצים שהפך לסמלו העיקרי של החג.

ותיקי הארץ ודאי זוכרים את "הקופסה הכחולה" של קק"ל. למעשה, את הרעיון להצבת קופה לתרומות שישמשו את התנועה הציונית לגאולת אדמות ארץ ישראל וסיוע להתיישבות יהודית בה, הגה פרופסור צבי הרמן שפירא במאה ה-19 שהיה פעיל ציוני נלהב. כבר במפגש של אגודת ציון בשנת 1884 הציג קופסת פח ("פושקט") אשר בה אסף תרומות לצורך קניית אדמות בישראל. בראשית דרכה, גייסה הקרן תרומות בעיקר מיהודים אמידים, אך במהרה התעורר הצורך באמצעי לגיוס כספים גם מכלל הציבור. חיים קליינמן, בנקאי יהודי מגליציה, הבחין בהצלחה הגדולה של בתי כנסת לאסוף תרומות באמצעות קופות שהוצבו בתוכם, והחליט להציב קופה שכזו גם במשרדו שלו ועטף אותה בנייר ירוק עליו צייר מגן דוד שבמרכזו סמל שבט יהודה (גור ומסביבו שבעה כוכבים, בהשראת הרעיון של



הרצל לדגל המדינה היהודית), וכתב מעליו את הכותרת "קרן קיימת לישראל". לקוחות יהודים רבים שבאו לבנק תרמו מכספם, ובמהרה התמלאה הקופה. קליינמן מיהר לדווח על הצלחתו להרצל, והרצל, שהתלהב מהרעיון, הכריז בקונגרס הציוני בשנת 1903 על קופת קק"ל כאמצעי רשמי לגיוס כספים. חשיבותן של הקופסאות התבררה מייד, לא רק בגלל ערכן ככלי לאיסוף כספים, אלא גם כביטוי לקשר בין יהודי התפוצות לבין היישוב היהודי הקטן בארץ ישראל, ולאדמתה.

על הערך החינוכי הטמון בקופסה הכחולה אמר מנחם אוסישקין, ממנהיגי הבולטים של קק"ל, כי "הפרוטה שהילד נותן או שהוא מאסף בשביל גאולת הקרקע אינה חשובה כלשעצמה [...] אבל חשובה היא כיסוד חינוכי: לא הילד הוא הנותן לקרן הקיימת, כי אם היא נותנת לו [...] אחיזה ואידאל מרומם לכל ימי חייו".



קופסאות כחולות ישנות. משמאל: קופסה מגרמניה מ-1920, קופסה מגטו ורשה. צילום: ארכיון הצילומים של קק"ל

אמר מנחם אוסישקין, ממנהיגי הבולטים של קק"ל, כי "הפרוטה שהילד נותן או שהוא מאסף בשביל גאולת הקרקע אינה חשובה כלשעצמה [...] אבל חשובה היא כיסוד חינוכי: לא הילד הוא הנותן לקרן הקיימת, כי אם היא נותנת לו [...] אחיזה ואידאל מרומם לכל ימי חייו".

הקופסה הייתה במשך עשרות שנים, כמעט בכל בית יהודי ובמוסדות חינוך בישראל וברחבי התפוצות, והיוותה אמצעי עממי ואהוד למימוש החזון הציוני של הקמת מדינה יהודית ואמצעי חינוכי חשוב להפצת הרעיון הציוני ולחיזוק הקשר של עם ישראל עם אדמת מולדתו.

מקורות: 1. אתר האינטרנט של קק"ל, 2. ויקיפדיה תחת הערך "ט"ו בשבט (מועד).



החנוכיה של דודה אלזה

מאת: דוד לבושין

דוד ליאו ודודה אלזה היו צאצאי משפחות יהודיות גרמניות משכילות ואמידות. כנהוג אצל "גרמנים בני דת משה", שמרו על החגים המסורתיים, מעורים בקהילה הכללית, לא ציונים, אך ערים ונדיבים לחברה היהודית בעיר. ליאו היה עסוק בניהול הוצאת הספרים אשר

התמחתה בספרות הקלאסית במהדורות מפוארות אשר הייתה בבעלותו. אלזה התמסרה לתחביבה הצילום, ולדאגה לאימה הקשישה ולילדיה של אחותה, אשר נפטרה במגפת השפעת הספרדית ואשר לא הסתגלו לאשתו השנייה של אביהם. לזוג לא היו ילדים משלהם. ליאו סבל מכתם לידה אשר כיסה את מחצית מפניו וגם מגיבנת וכנראה שאלזה הייתה ה"מעשית" בבני הזוג. רוב בני המשפחה כבר עזבו את גרמניה לאחר עלייתו של היטלר לשלטון. ההחלטה לעזיבה לפלשתינה הייתה כנראה של אלזה אשר התחילה בהכנות ובהשגת הסרטיפיקטים וגם כבר בהעברת חלק מכלי הבית והריהוט לפלשתינה. הבעיה הייתה השגת סרטיפיקט עבור האימה הקשישה אותה לא רצו להשאיר בגרמניה. ב-1938 ליאו נעצר על ידי הנאצים. כאן התגלתה עוצמתה, חוכמתה וכוחה של אלזה אשר הצליחה בעורמה רבה ובשיוחד רב להבריח את ליאו מהמאסר ולעזוב את גרמניה ביחד עם האימה, בעזרת קשריו של גיסה (אבי ילדיה של אחותה שכבר שהה בפלשתינה) לשלטונות הבריטים ולסוכנות היהודית בארץ. הוא הצליח להשיג גם לאימה הקשישה את הסרטיפיקט. הם הגיעו לתל אביב ושכרו דירת 2 חדרים. ליאו ללא כל ניסיון לעבודה מעשית התחיל לעבוד כרוכל מבית לבית עם מזוודות עמוסות במצרכים ואביזרים שונים (משחות ניקוי, שיניים והברקה, מברשות, גלנטריה וכיו"ב לצרכי התושבים) הצלחה כלכלית גדולה לא הייתה לו. הופעתו החיצונית המסודרת (תמיד בחליפה ומגבעת) לצד הגיבנת וכתם הלידה בפניו ולצד כלל המצב הכלכלי באותו הזמן היו הסיבה. אלזה ארגנה ארוחות צהריים - "מיטגס טיש" עבור לקוחות קבועים בדירה הקטנה, גם ידיעותיה בתחום הצילום בפיתוח סרטי הצילום והדפסת התמונות אותן ביצעה עבור הצלמניות ולקוחות פרטיים (חדר האמבטיה שימש כמעבדה) וגם זריזות ידה וכישרונה בהשחלת שרשראות פנינים עבור לקוחות וחנויות תכשיטים. הצרכים היו מרובים וגם הברירות הן של האימה הקשישה והן של ליאו הקשו עוד יותר על מצבם הכספי. גאים היו יותר מדי לבקש עזרה מבני המשפחה בארץ שמצבם הכלכלי היה טוב יותר, אך תמיד כאשר ביקרו אצלם היה להם ממתק לילדים או מתנה קטנה למבוגרים. בלית ברירה התחילו למסור חפצי ערך שונים, בכללם כלי הכסף ובהם גם החנוכיה ממשפחתה של אלזה. כאשר התחילה ממשלת גרמניה לשלם פיצויים לנרדפי השלטון הנאצי רווח להם. ליאו הפסיק לעבוד ואלזה התפנתה לתחביביה, לחבריה ולמכריה כמו גם לילדיהם של אלו. ליאו פנה לחנות אשר בה מכר את החנוכיה וניסה לברר למי נמכרה. בעל החנות בדק וגם בירר אם הקונים יסכימו לפגוש את ליאו. כאשר נפגשו סיפר להם את סיפור החנוכיה וביקש מהם למכור לו אותה. הוא התחייב בפניהם שהוא יחזיר להם את החנוכיה לאחר מותה של אלזה ומותו שכן הם עריריים והתמורה אותה שילם להם תהיה "דמי השאלה" בלבד ותישאר להם. לאחר שהסכימו וגם קיבלו הן הכסף והן את ההתחייבות בכתב (צוואה חתומה ומאושרת ע"י נוטריון), בערב חנוכה בא עם החנוכיה לביתם הצנוע והפתיע את אלזה. אלזה מחתה דמעה, נשקה לליאו והודתה לו על המחשבה. היא הצביעה על החנוכיה הקטנה והפשוטה שקנו בשוק בצלאל לאחר שמסרו את החנוכיה המפוארת ואמרה כי היא לא תזנח את החנוכיה אשר שימשה אותם באותם ימים קשים לטובת החנוכיה שביקש להחזיר לה, וביקשה ממנו להחזיר אותה לבעליה החדשים/ישנים. החנוכיה הוחזרה לאחר כמה ימים לקראת החג, "דמי ההשאלה" לא הוחזרו כאות הוקרה לרצונם הטוב של הבעלים. לאחר מותם של השניים בעת שנקראנו לבקר בחדרה של אלזה בבית האבות ראיתי את החנוכיה משוק בצלאל בחדר שלה ומששאלתי מה סיפורה של החנוכיה הקטנה לצד החפצים השמורים שם סיפרה לי מקיימת הצוואה את סיפור החנוכיה, סיפורם של "יקים" צנועים וחביבים.

מדור ספרות

חינוך ייקי - זיץ גראדה! (שב זקוף!)

מאת: רפי רז (רוזנר)



רפי רז

התלבטתי רבות אם לכתוב את סיפור ילדותי. לא היו בה הרבה רגעי אושר או שמחה. באופן מטאפורי ניתן להגיד שהיו בה אפיזודות מאגדות האחים גרים, לא בהכרח אלה שמעלות חיוך. יחד עם זאת, אופיו של בן האדם מתחשל ומתגבש בשנותיו הראשונות ולא פעם תקבלו הבנה טובה יותר מי אני ומדוע פעלתי בדרכים מסוימות לאור סיפורים אלו.

אמי, טרודה גרונר, נולדה באוסטריה להורים שהיגרו לוונייה מרוסיה. להוריה הייתה מסעדה בעיר והם חיו חיי נוחות. לאחר עליית הנאצים לשלטון בגרמניה ב-1933 החלה רוחות אנטישמיות לסעור גם באוסטריה. קרוב משפחה של אמי, שהיה פעיל ציוני, לחץ עליהם לעזוב את אירופה ולהצטרף אליו לפלשתינה-א"י. סבי וסבתי לא נענו לקריאותיו. מן הסתם, כיהודים רבים אחרים, התקשו לעזוב את כל מה שהיה להם לטובת ארץ מדברית לא נודעת. אותו דוד המשיך בלחציו עד שהצליח לשכנע אותם שיתירו לאמי בת ה-17 להצטרף אליו. וכך ב-1936 ארזה פרוילין גרונר את חפציה והפליגה לארץ ישראל.

על סיפון האוניה בדרך אל הארץ החדשה הכירה אמי בחור צעיר ויפה מראה בשם מרסל רוזנר. מרסל היגר אף הוא מווינה ועד מהרה השניים התאהבו. מרסל היה ברוך כשרונות, הוא צייר ורשם, ניגן בכינור ובסקסופון (שהן שתי דיסיפלינות שונות), והיה גם ספורטאי לתפארת - שיחק כדורגל באגודת הספורט "הכוח וינה". איש אשכולות. זמן לא רב לאחר שהגיעו לארץ ישראל נישאו טרודה ומרסל ואני נולדתי במרץ 1941.

הייתי בן שנה כשאבי עזב את הבית. יאמר לזכותו שניסה להיות אבא טוב ולא נעלם מחיי, אבל קשה להגיד שלקח חלק משמעותי בילדותי. לאחר שאבי עזב, התקשתה אמי לפרנס את שנינו. אבי כמוכן היה מחויב לשלם לה כסף עבור אחזקתי אך לפי מיטב ידיעתי הוא לא שילם מעולם, פשוט לא היה לו. אמי החליטה לנצל את המשאב היחיד שעמד לרשותה - הדירה. היא השכירה לדיירי משנה שניים מתוך שלושת חדרי הדירה. חלקנו עמם את השירותים והמטבח. היה זה סידור פופולרי באותה תקופה, ראשית שנות הארבעים, שנים בהן הבריטים שלטו בארץ ורבים התקשו להתפרנס. אורח שהגיע לאחד מדיירי המשנה התבקש לצלצל פעמיים בפעמון הכניסה, ממש כמו בשירה הידוע של שושנה דמארי (למילותיו של נתן אלתרמן): "צריך לצלצל פעמיים / צריך לחכות רגע קט / ואז נפתחות הדלתיים / ואז נפגשים במבט". מלבד זאת

מדור ספרות

תפרה אמי וילונות שהזמינו לקוחות בחנות הבדים של גוטפרינד. אני זוכר אותה בלילות רוכנת מעל מכונת תפירה ידנית של "זינגר", מפעילה אותה בעזרת דוושת רגל. עד היום אני מלא הערכה לאמי שהתמודדה כאישה צעירה עם גידול ילד לבדה, בלי שליטה בשפה המקומית ובלי מקצוע. מדי פעם נהגה לקחת אותי, בעזרת חוג חבריה ומכריה, לנופש בנהריה (יישוב שהוקם בידי עולי העלייה החמישית - היקים). כך נמשכו להם חיינו עד שהכירה אמי את בעלה השני. היינץ אפפל היה יקה, גרוש ובעל מקצוע - חשמלאי. הם נישאו כשהייתי בן שש והוא הפך לאבי החורג. היינץ היה בן למשפחה אמידה. בגרמניה היו בבעלותם חנויות לצילום. בשנות השלושים הצטרף היינץ להכשרה ציונית ולמד שם חקלאות. הוא עלה לארץ לקראת סוף שנות השלושים נישא כאן והתגרש כעבור תקופה קצרה. כמעט כל משפחתו נספתה בשואה, למעט אחיו פריץ ובן אח אחר קלאוס שנשלח לבריטניה במסגרת ה"קינדר טרנספורט" וניצל (כינוי למבצע הצלה שבמסגרתו קלטת בריטניה ילדים משטחי גרמניה הנאצית לאחר ליל הבדולח). היינץ ניחן בזוג ידיים טובות ובחוש טכני מפותח. לא היתה לו השכלה פורמלית, אבל בוודאי שלא היה טיפש. אני כותב על תכונותיו של היינץ מכיוון שבמשך שנים חיפשתי תירוץ, הצדקה, לדרך שבה נהג בי.

היינץ הביא עמו את כל המנהגים היקים, והנחיל לי אותם בקפדנות. הבית נוהל תחת משטר צבאי. כל חריגה ממנו לוותה בעונש, לרוב מכות. שעת הקימה בבוקר היתה חוק ברזל, נימוסי השולחן הגיעו לרמה של טירוף. היינץ היה אובססיבי לדיוק בלוח הזמנים שהכתיב, ומעל הכל - אסור לשקר. עד היום אני לא יודע להסביר את ההתנהגות שלו כלפי, ישנם חלקים שעדיין עלומים מבחינתי. נדמה לי שאהב באותי באופן מסוים, אבל ההתנהגות היומיומית שלו לא הראתה זאת. אם לא החזקתי נכון את הסכין והמזלג, חטפתי סטירה. קיבלתי רשימת מטלות קשוחה: כל בוקר הייתי צריך להשכים ולהביא לו לחמניות טריות מהמכולת; כל יום שישי קניתי לבני מזוט לחמם את דוד המים; אחרי כל ארוחה הלכתי למטבח וניגבתי את הכלים ועוד ועוד. שום תירוץ לא עזר. מה שלא הפנמתי בכוחות עצמי, למדתי באמצעות המכות שקיבלתי ממנו. פעם אחרת חזרתי מבית הספר ועל ידי כתמי דיו בצבע ירוק שנזלו מעט נובע שכתבתי בו. היינץ, שנהג להגיע מדי יום לארוחת צהריים בבית, שאל אותי לפרש הכתמים. אמרתי שהעט בבית הספר נזל לי על היד. "אז למה הכתמים ירוקים? הרי הדיו כחול!" אמר לי. לא ידעתי את הסיבה, אבל ידעתי בוודאות שכתבתי בעט כחול. "אל תשקר!" הוא התחיל להתרגז, "כתבת בדיו ירוק!". "אבל אין לי דיו ירוק" עניתי. "למה אתה משקר?" שאל היינץ שוב ושוב. התשובה שלי לא סיפקה אותו והוא הרביץ לי. לאחר שחזר לעבודה בכיתי ונשבעת לאמי שכתבתי בדיו כחול. אמי פחדה מהיינץ בעצמה והייתה תלויה בו. אני לא חושב שהוא הרביץ לה, אבל איומים, שבירת צלחות וסקנדלים היו מחזה שכיח. באותו המקרה אמי נעמדה לצדי, ובערב אמרה להיינץ שלדעתה אני לא משקר. היינץ התעצבן ושוב הרביץ לי. את ההסבר לכתמים הירוקים קיבלתי כמה שנים מאוחר יותר. דיו כחול שנחשף לשמש הופך את צבעו לירוק. הסבר כימי פשוט. לו רק ידעתי אותו בזמן. אמי והיינץ דיברו איתי בגרמנית. גם אבי ומונה. אני מניח שלמדתי עברית רק כשהגעתי לגן הילדים. לקראת כיתה א' ליוותה אותי אמי ברגל מביתנו ועד בית הספר "בית חינוך צפון" ברחוב לסל (כיום בית ספר א"ד גורדון). הדרך היתה ארוכה וכללה חציית כבישים עמוסים, אך מאותו הרגע נדרשתי לעצמאות מלאה. איש מהורי לא ליווה אותי או הגיע לבית הספר שלי עד שסיימתי את הלימודים. איש מהם גם מעולם לא סייע לי בהכנת שיעורי בית. הסיבה היתה פשוטה: הם לא ידעו עברית מספיק טוב. אף אחד לא התעניין בלימודים שלי או חשב למלא את הפערים התרבותיים שנוצרו לי.

עשיתי כל מה שיכולתי על מנת לא להיות נוכח בסביבתו של היינץ. יצאתי החוצה לשחק או שהתחבאתי מתחת לשולחן המרפסת וקראתי ספרים. אמא שלי הקפידה לקחת אותי לספריה, ושם בעזרת הספרנית זופי החלפתי שלושה או ארבעה ספרים בשבוע. בהתחלה קראתי רק בעברית ולקראת כיתה ו' התחלתי לקרוא גם ספרים באנגלית. אהבתי במיוחד ספרי הרפתקאות, קראתי את כל ספרי קרל מאי, ז'ול ורן, "הטייס הקיטע" מאת בוריס פוליבי ו עוד רבים אחרים.

מדור ספרות

בכל יום הולדת כששאלו אותי מה אני רוצה הייתה לי תשובה אחת: ספר מסדרת חסמב"ה. חבורת הילדים הסודית כיכבה בסדרת ספריו של יגאל מוסינזון והלהיבה את דמיוני. החבורה פעלה בשירות היישוב היהודי ומדינת ישראל כנגד אויבי המדינה ולימים גם נגד פושעים בינלאומיים. קראתי בלי הפסקה. בדיעבד אפשר לראות שחיפשתי עולם לברוח אליו מהמציאות הקשה שהיתה בחיי.

כמה מהמנהגים שלמדתי מבית מדרשו של היינץ לא עזבו אותי עד היום. אחד מהם הוא האהבה לאוכל טוב. היינץ היה אגואיסט וגרגרן. גם בתקופות הצנע הקשות ביותר בארץ, עלו על השולחן אצלנו דרך קבע מעדנים שהשיג בשוק השחור. לקס, שינקין, קממבר, סלמי, ממרח ליפטאואר (ממרח שעשוי מגבינת ברינזה, חמאה ותבלינים), גבינת רומדור ועוד ועוד. לכל ארוחה היה את סוג הלחם המתאים לה (ואבוי לאמי אם היה חסר משהו). לזכותו של היינץ יאמר שלא חסך ממני את המטעמים, רק הקפיד "שלא אוכל אותו לדלות", כלומר שאקח רק פרוסת נקניק אחת ולא שתיים. היינץ החדיר בי את התובנה שיש לאכול לאט, ללעוס היטב. עד היום קשה לי להיפטר מהמחשבה שמי שלא אוכל כדת וכדין הוא אידיוט, פרימיטיבי ולא מחונן. שנים האמנתי שמי שאוכל בפה פתוח הוא פרא אדם, בור וחסר השכלה. לקח לי שנים להבין שאין קשר ישיר בין סדר המזלגות ובין רמת ההשכלה.

רצה הגורל וכשהגעתי לכיתה ח' הגיע מכתב "להורי התלמיד רפאל רוזנר". אמי פתחה אותו בחשש וביקשה שאקריא לה. "בנכם רפאל יקבל סטיפנדיה מלאה ללימודיו התיכוניים" נכתב. אמי התמלאה שמחה "רפי! רפי! עכשיו אקנה לך ארטיק!" אמרה לי. כשהיינץ הגיע הביתה חשתי בפעם הראשונה גאווה. סוף סוף יצא משהו מהילד הדפוק שלא למד טוב ולא כתב נכון. פתאום ראו שיש בי משהו, שאני לא טמבל מוחלט. אמי והיינץ הושיבו אותי לשיחה ואמרו לי שאני יכול לבחור היכן אני רוצה ללמוד. אני לא יודע מדוע או מהיכן הגעתי לזה, אבל עניתי להם מייד "בית ספר לקציני ים". בית ספר בתנאי פנימייה בעכו. לא הבנתי כלום בימאות או בחיי צבא. הבנתי שאני רוצה לצאת מהבית.

מאותו הרגע היחסים עם היינץ השתנו. בשנים בבית הספר לקציני ים הגעתי הביתה פעם בחודש. גדלתי, התחזקתי. הוא לא הרביץ לי יותר. הוא השפיל אותי בדרכים אחרות אבל לא הרים עלי יד.

הערת מערכת: השתקעות בכירי האקדמיה מקרב קהילת העלייה החמישית, הייקית, בשכונת רחביה בירושלים, בכירי התזמורת הפילהרמונית והרפואה בתל-אביב, חלוצי התעשייה המודרנית בחיפה והפרופסורים "דנקשיין"- "ביטשיין" בנהרייה, הניבו את הסטיגמה שלפיה רוב אם לא כול 60.000 הייקים שהגיעו ארצה בשנות ה-30 היו בני אליטה אקדמית ותרבותית. המציאות כמובן שונה. רובם ככולם היו בני מעמד ביניים ופרולטריון. סיפורו של רפי רז (רוזנר) על ילדותו והחינוך הייקי שספג בביתו מאפיין במידה רבה את החינוך שהנחילו הייקים מכל השכבות לצאצאיהם הישראלים, פרי התרבות הגרמנית הביסמרקית שנשאו בדי.אן.איי שלהם. כמובן שאין להכליל. אך המחקר מלמד שהרכיבים השונים המרכיבים את הסוציאליזציה של צאצאי הייקים, הצברים שנולדו בארץ או הגיעו בגיל רך, דומים עד זיהום. הפרק "זיץ גראדה" לקוח מתוך ספרו של רפי רז "מבירא עמיקתא לאגרא רמא - פרקי חיים", אותו פרסם, כנהוג היום בשגרתם הפנסיונית של בוגרים רבים בני הארץ הזאת, למען ילדיהם, נכדיהם וניניהם.

מיכה לימור



נשים במוסיקה

מאת: אילנה זבירין

במשך ההיסטוריה של המוסיקה היו וישנן נשים העוסקות במוסיקה. החל מהעת העתיקה היו משוררות, נציין את דבורה הנביאה ששרה בעקבות הניצחון על סיסרא, ואת המשוררת היווניה ספפו. את הזמרות רואים בציורים ותגליפים עוד מימי יוון ורומי העתיקות. בעת החדשה מוזכרות המלחינות ברברה סטרוצי מהמאה ה-17, פרנצ'סקה קאציני מהמאה ה-16 ומאריאם מרטינז מהמאה ה-18. כשחושבים על מלחינות בימי הביניים - הרי שאין הרבה, אך ניתן לשער שהיו יותר מכפי שידוע לנו היום. העיסוק במוסיקה כמקצוע, לא נחשב הגון לאשה מהמעמד העליון, ואפילו לא מהמעמד הבינוני. נשים למדו לנגן, כפי שלמדו לצייר, או לרקוד. משהו "הכרחי" לחינוכן הטוב. באותם ימים האישה ככלל, ובמיוחד מהמעמד הבינוני או העליון, לא היתה צריכה לפרנס את עצמה. בוודאי לא כשהיא נצטרכה למשפחה טובה וממעמד גבוה. לנשים מהעולם הכפרי לא היה בכלל זמן למוסיקה, הן גם לא ידעו קרוא וכתוב. כל זה השתנה במאה ה-19 כשפרצה לעולם המוסיקלי קלרה שומאן, שגם נאלצה להתפרנס מכישרונה המוסיקלי. אך גם לגביה, קיבלו אותה כמבצעת בלבד.

קלרה שומאן 1819-1896 Clara Schuman



אולי האישה הידועה ביותר בעולם המוסיקה. אשתו של הקומפוזיטור רוברט שומאן. היתה בתו של המורה למוסיקה ויק, שאצלו למד רוברט שומאן. כבר כילדה היתה פסנתרנית מחוננת ומצליחה. רוברט התאהב בה, למרות שהיה מבוגר ממנה בתשע שנים. השניים נישאו למורת רוחו של אביה, שראה ברוברט כישלון כמלחין וגם כבעל.

קלרה חצתה את מרחבי אירופה ונתנה קונצרטים לרוב, בהם השתדלה תמיד לנגן מיצירותיו של בעלה, שהיה תדיר מאושפז בבתי חולים לנפגעי נפש. בין לבין הולידו יחדיו שמונה ילדים. למרות שרוברט שומאן לא היה מלחין אהוב ומובן בחייו, אנשים נהרו לקונצרטים של קלרה, שהיתה הפסנתרנית הגדולה של תקופתה. היום ידועות גם יצירות שהלחינה בעצמה. ביניהן קונצ'רטו לפסנתר ולתזמורת, שלישיית פסנתר, שירים ורומנסות. גם רוברט בעלה, שאהב אותה מאוד, לא התייחס ברצינות להלחנה שלה. הוא אף כתב שתפקידה של אישה הינו בעיקר להיות רעיה ולגדל ילדים. שאומנם יצירותיה חביבות, אך לעולם לא תגענה למדרגה גבוהה...

חישבו נא - כמה נשים בימינו יכולות לפתח קריירה מוסיקלית. קלרה שומאן היתה כל הזמן בהריון, מטופלת בילדים קטנים ועם בעל חולה. רוברט שומאן היה למעשה "לא יוצלח" בחייו, לא פרנס את משפחתו, וכמעט לא היה נוכח בחיי המשפחה. קלרה התמודדה עם כל הקשיים והצליחה למרות הדעות הקדומות והמנהגים החברתיים בימיה.

מוסיקה



אליזבת ג'אק דה לה גר 1665-1729 Elizabeth Jaquet de la Guerre

מלחינה צרפתייה, מתקופתם של לואי ה-14 ולואי ה-15, כלומר מתקופת הבארוק. באה ממשפחה של בוני כלי נגינה. התבלטה בנעוריה כזמרת וזכתה לחסותה של פילגשו של לואי ה-14, מאדאם דה מונטספן. היא נישאה בגיל צעיר למורה ונגן צ'מבלו ידוע. היה להם רק בן אחד שמת בדמי ימיו. רק לאחר מות בעלה המשיכה להלחין בהשפעת המוסיקה האיטלקית יצירות לצ'מבלו ולכינור ואף היתה למלחינה הצרפתייה הראשונה שהלחינה אופרה. אליזבת כתבה גם יצירות בעלות אופי דתי. מפתיע מאוד למצוא כל כך הרבה הקלטות של המוסיקה הנפלאה פרי עטה.



פאני הנזל Fanny Hensel לבית מנדלסון 1805-1847

אחותו הגדולה של פליקס מנדלסון. קיבלה כמוהו חינוך מוסיקאלי מעולה והיתה פסנתרנית מחוננת. כבר מגיל צעיר ניגנה בהצלחה את כל הפרלודים והפוגות של באך. פאני היתה קורבן של שמרנות תקופתה, כמו גם של מעמדה החברתי הגבוה. אביה כתב לה כי למרות שהוא מכיר בכישרונה, הרי לעומת פליקס אחיה שיוכל לעסוק במוסיקה כמקצוע, היא תוכל להלחין רק כ"קישוט" לחייה כעקרת בית. אחיה כתב לה שראשית עליה למלא את חובותיה לביתה ולבעלה, ורק לאחר מכן שתשתעשע במוסיקה. כיום היסטוריוני המוסיקה אומרים כי לו היתה פאני ממעמד נמוך, אולי לא היתה שבויה כל-כך במוסכמות והיתה מעזה להלחין, כפי שהעזה קלרה שומאן, שהיתה ממעמד חברתי נמוך משל משפחת מנדלסון. אגב, שתי נשים מוכשרות אלו נפגשו בחייהן. כה חבל שלא רק שבני משפחתה של פאני לא רק שלא הכירו ולא עזרו לה בפירסום כישרונה בחייה, אלא גם מנעו ממנה את ההכרה ביכולותיה. קיים מכתב של המשורר גתה, ששיבח את המוסיקה שלה. ידוע היום שפאני היא זו שכתבה כמה וכמה מיצירותיו של אחיה המפורסם, פליקס מנדלסון. היא אף עזרה לו בכתיבת יצירות אחרות שלו. חלק משיריה פורסמו בשמו של אחיה, שכן משפחתה התנגדה לפרסום השירים בשמה. פליקס הסכים לפרסם קובץ שירים שלה. פאני כתבה גם קנטטות, מוסיקה לכלי מיתר, רביעיות וכמובן מוסיקה לפסנתר. היום יש הכרה ועניין הולך ורב ביצירתה של פאני הנזל לבית מנדלסון. כמה השתנה עולמנו במאה ה-20!



לילי בולאנג' Lili Boulanger 1893-1918

מלחינה צרפתייה ממשפחת מוזיקאים. אמה היתה נסיכה רוסייה. ניגנה מגיל צעיר בפסנתר, נבל, כינור וצ'לו. בגיל 19 זכתה בפרס רומא היוקרתי להלחנה. היא האישה הראשונה שזכתה בפרס זה. ביצירתה הושפעה מהמלחינים גבריאל פורה וקלוד דביסי. כתבה בעיקר מוסיקה לשירים, בייחוד של מוריס מטרלינק

מוסיקה

הבלגי, וכן למילים מתהילים. נפטרה בגיל צעיר ועל שמה יסדה אחותה, נדיה את הפרס היוקרתי להלחנה.

נדיה בולאנג'ה 1887-1979 Nadia Boulanger

אחותה הבכורה של לילי.



למרות שהלחינה רבות, התפרסמה נדיה בעיקר כמורה לפסנתר וכמנצחת הראשונה בעולם. בין השאר ניצחה על תזמורת הבי.בי.סי, תזמורת בוסטון ותזמורת פילדלפיה. החלה לעבוד כמורה להרמוניה בקונסרבטוריון בפאריס ואח"כ בפונטנבלו. בזמן מלחה"ע השנייה היגרה לארה"ב. תחת שרביטה הועלו לראשונה יצירות סטרווינסקי וכן הנדמית. בין תלמידיה הבולטים היו אהרן קופלנד, סר אליוט גארדינר, איגור מרקביץ', אסטור פיאצולה וג'ורג' גרשווין. נדיה מעולם לא נישאה. היא פרנסה את אמה ואחותה מגיל צעיר וזכתה לפרסים בין לאומיים וכן לאותות כבוד ואצולה. נדיה היתה קשורה מאוד לאחותה לילי, שמתה בדמי ימיה. על שם אחותה ייסדה את קרן ופרס לילי בולאנג'ה.

איימי ביץ' 1867-1944 Amy Beach



מלחינה ופסנתרנית אמריקנית. התגלתה כילדת פלא ששרה וניגנה מגיל צעיר ובגיל 16 החלה במסע קונצרטים ברחבי ארה"ב. לימדה את עצמה להלחין, מפני שהוריה התנגדו לכך. לאחר שנישאה לרופא המשיכה לנגן וביקשה ללמוד קומפוזיציה, אך בעלה הנרי האריס ביץ' אסר זאת, משום שהמורים היו גברים, ואין זה יאה לאישה ממעמדה. אחרי מות בעלה פרצה איימי לעולם התרבות והמוסיקה כמלחינה ולא רק כפסנתרנית סוליסטית. כתבה סימפוניה, קונצרטי לפסנתר, יצירות לכינור, מוסיקה קאמרית ושירים. חלק מיצירותיה נוגנו בבכורה על ידי תזמורת בוסטון שעליה גם ניצחה. איימי ביץ' כתבה גם בעיתונים על נושאים מוסיקאליים וערכה מסעות קונצרטים באירופה. דרכה להפגין פמיניזם היתה בין השאר כשביקשה לקרוא לעצמה גברת איימי ביץ', ולא כפי שהיה נהוג באמריקה לקרוא לאישה על שם בעלה (גברת הנרי האריס ביץ'). היא גם תמכה במתן זכות הבחירה לנשים בארה"ב.

בתי הורים



חוג סריגה מאת: ד"ר דליה לורנץ

המורה למלאכת-יד, רות, נהנית בעצמה מהקבוצה שהיא מדריכה. יש לה ניסיון עם ילדי בית-ספר - אבל פה, בפסגת חן, זה שונה: אין בעיות משמעת. כל אחד עושה משהו אחר והמגוון אחר. היא מנסה להתאים לכל אחת את העבודה שהיא יכולה, מסוגלת ואוהבת. יש בכך סיפוק והנאה מרובים לשני הצדדים.



קוליה המשתתפת בחוג, אומרת שהיא אוהבת עבודות יד, וילדי משפחתה מבקשים בובות של חיות, כדורים וכדומה. היא אוהבת צבעים וגיוון והפעילות באווירה הטובה, נותנת סיפוק ורוגע. למורה, כמובן, יש הרבה סבלנות והיא מייצצת, עוזרת ופותרת בעיות שמתעוררות.

נרי, מרכזת קבוצת הסריגה "סבתות סורגות" גאה מאד ב"בנות": הן סרגו למעלה מ-1000 כובעי צמר לחיילים בשנה זו! ובנוסף סרגו כובעים לילדי חינוך מיוחד ולחיילים פצועים בבית"ח רמב"ם. בית ההורים "פסגת חן" תורם את הצמר, אוירת החברותא עם הנתינה מהנה, ויש בה סיפוק רב.

דליה, משתתפת, אומרת שהיא אוהבת לסרוג מאז ומתמיד לילדיה ולנכדיה. בקבוצת הסורגות נחמד לה במיוחד וניתנת לה שעה של התרגעות.

מתוך דף "התרשמותי מהתערוכה":

רוזטה: התערוכה מוצאת חן בעיני, הכל מרשים!

יפה: התערוכה מדהימה בעיני! יש דברים שהייתי רוצה לעשות, ואין לי יכולת. אבל אני נהנית מעבודות של אחרים. אני משתתפת בתערוכה ברקמה מעשה-ידי, אף על פי שאינני רואה כל כך טוב!

ריקי ויוסי, אורחים של אילנה:

התערוכה מרשימה ביותר!

מרגשת ומורגשת ההשקעה הרבה של כל העוסקים בנושא ובהנגשתו לציבור. היא מאפשרת לאנשים במקום לבטא את היצירתיות שבתוכם.



עולים חדשים לומדים עברית

מאת: ד"ר דליה לורנץ



"כל שנה נולדים אנשים לרוב
לדמעות ולצחוק לאחוזה ולשנאה
יש מישהו שרוצה טוב,
גם השנה."
לאה גולדברג

סביב שולחן עטוי במפה לבנה וערוך בטוב טעם, עם יין, תפוח בדבש ועוגה, יושבים קשישים וצעירים יותר. מורים ותלמידים המתחלקים בחוויות לימוד השפה העברית והוראתה, לעולים חדשים אקדמאיים. בראש השולחן יושבת רחל בונה, יוזמת הפרויקט המרתק והמיוחד הזה, שהחל במרץ 2023 והולך ומתרחב. הפרויקט, כשמו כן הוא "אולפן פסגת חן" ומשמעו סיוע ייחודי לעולים חדשים אקדמאיים, המופנים באמצעות משרד הקליטה, ללימוד עברית. לפרויקט זה נרתמו בהתנדבות, דיירים מבית ההורים "פסגת חן" שבחיפה והנהלת המקום. כל אחד מהמתנדבים "המורים" גם אם אין זה מקצועם המקורי, מלמדים בשיטותיהם היצירתיות והמגוונות תלמיד אחד או שניים. יש המלמדים באמצעות שירים ויש באמצעות קריאת עיתון. יש המלמדים באמצעות ביקורים במקומות שונים, כגון חנות מכולת וכיו"ב, לצד דפי עבודה שמכינה רחל.

התלמידים החרוצים יוצאי חבר העמים לשעבר, מכירים תודה עמוקה למוריהם על הסיוע המעשי ועל הבנת הסביבה: איך להתראיין לעבודה, איך לקבל רישיון עבודה, איך להתנהל בחברה חדשה ואיך לחוש בטחון, להעז ולהתמזג בקהילת הארץ אליה הגיעו, כשהם באמצע חייהם.

דימיטרי, שהוא פסיכולוג חינוכי ועבד בגני ילדים, בתי ספר וקייטנות בעיר סנט פטרבורג, מספר: ב-2022 נדרשתי להתגייס לצבא הרוסי הלוחם באוקראינה ואז החליטה המשפחה לעלות לישראל, ללא ידיעת השפה העברית וללא עבודה. הוא מודה בכל לב למורתו, המקדמת אותו בדיבור שוטף ובהשגת עבודה.

תלמידה אחרת היא רופאת ילדים שעלתה ארצה לפני שנתיים. היא לא הבינה את דקויות השפה בעת ראיון העבודה ונכשלה בראיון. המורה הכינה אותה לדבר כמצופה בתרבות המקומית, והיא יכולה לשאול אותה, מבלי להתבייש, כל שאלה שחיפשה לה מענה.

אלנה, תלמידה שהגיעה לפני שנה וקצת, מצאה במורתה אמה, חברה, פסיכולוגית והיא משתפת אותה בכל מה שעובר על משפחתה.

בשיחה, חלקו גם מקצת מהמורות זיכרונות מעברן הרחוק, עת היו הן עצמן עולות חדשות וכמה קשה הייתה ההסתגלות ללא יד מכוונת באופן אישי. "כשהייתי ילדה עולה חדשה, וקיבלתי תפקיד בהצגת בית הספר, שכלל משפט קצר אחד, לא ישנתי כל הלילה מהתרגשות, שגם אני כבר כמו כולם..." מספרת אחת מהן "אני יודעת איך מרגיש עולה חדש".

כולם ציינו את הקשרים החמים שנקרמו מעבר לשיעור, על הסיפוק שבנתינה ועל יעילות הדרך. על אף מגבלותיהן הגופניות והגילאיות של המורים, הם עושים את המלאכה באהבה.

ישנם 25 מורים מתמידים!

ישנם גם מצטרפים מחוץ לדיירי הבית, ועוד היד נטויה.

שנה חדשה עומדת בפתח, אנשים מתחדשים וכמה נפלא שיש מישהו שרוצה רק טוב, גם השנה...

המקבל, העולה החדש, אסיר תודה על הסיוע האישי ודרך הקליטה בסביבה של שוני תרבותי וחברתי, באמצעות לימוד השפה. הנותן, המעניק, זוכה בסיפוק רב, שבהעצמת כוחותיו, ובדימוי העצמי שעודנו רב ערך. יוזמה מרגשת ומתוקה, כתפוח בדבש.

משולחן הקהילה



מאת: ענת וולפנפלד,
מנהלת הקהילה

חברים וחברות יקרים!

הקואו...

שמעון פרס טען שהאופטימי והפסימי חיים באותה מציאות רק... שהאופטימי יותר נהנה. בימים אלו הופכת התקווה, אולי יותר מתמיד, למצרך החיוני ביותר לו אנו זקוקים. איך מוצאים תקווה? האם יש לנו מספיק תקווה בכדי להמשיך? האם אנו יכולים לשפעל* תקווה מתוך עצמנו ולהשפיע על החברה סביבנו? הפסיכולוג הקליני ריק סניידר הבין שתקווה היא מנגנון להשגת מטרות ומצא שלכל האנשים שאותם ניתן היה להגדיר כבעלי תקווה היו שלושה מרכיבים משותפים: מטרות, נתיבים להשגתן ואמצעי גיוס אנרגיה אישית, שמאפשר את התנועה בנתיבים לצורך הגשמת המטרות. אין לנו את הפריבילגיה לוותר על התקווה וכמילות ההמנון:

**כָּל עוֹד בְּלִבִּי פְּנִימָה
נִפְּשׁ יְהוּדֵי הוֹמָיָה
וּלְפָאֲתֵי מִזְרַח קְדִימָה
עֵין לְצִיּוֹן צוֹפִיָּה**

**עוֹד לֹא אֶבְדָּה תְּקוּוֹתִי
הַתְּקוּוֹה בֵּת שְׁנוֹת אֲלֵפִים
לִהְיוֹת עִם חֶפְשִׁי בְּאַרְצִנו
אֶרֶץ צִיּוֹן וִירוּשָׁלַיִם**

מכאן שתקווה היא ההפך מחידלון, היא ההסכמה להמשיך לחיות חיים ולהאמין שהם בעלי ערך באשר הם.

*לשפעל - היכולת ליצור פעולה חדשה או להגביר פעולה קיימת.

משולחן הקהילה

פצילות חדשות מרץ 2025

מרכז הקהילתי 'פסגות כרמל', שד' מוריה 55, חיפה



קהילה



תיאטרון הנפש

סדנת אימפרוביזציות

ופלייבק

ימי שני בבוקר

מנחה: עדנה חצרוני

סטיילינג ומיתוג אישי לנשים

"כי אין
שני פרוט
ראשנו"



ימי רביעי בבוקר 9:00 - 10:30

בהדרכת ענת נחושתאי

פרטים והרשמה במזכירות הקהילה: 04-8258989

משולחן הקהילה



מועדון בוקר

קפה, מאפה והרצאה

יום חמישי 6.2.25

לאונרד כהן

מרצה: יורם מארק רייך



10:00 קפה ומאפה | 10:30 הרצאה

עלות: 20 ₪

נשמח לראותכם במרכז הקהילתי - מוריה 55, חיפה

צנת וולפנפלד-מנהלת הקהילה וצוות המרכז הקהילתי

הרשמה במזכירות הקהילה: 04-8258989



משולחן הקהילה

מרכז קהילתי מוריה 55, חיפה

04-8258989



סדנת מיינדפולנס

ימי שלישי
10 מפגשים



סדנת AI

ימי שני
8 מפגשים
התחלה: מרץ 2024



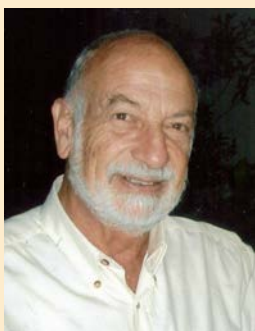
ערבית מתחילים

בוקר



לימוד ברידג'

פרטים והרשמה במזכירות הקהילה: 04-8258989



כעלים דשנים

מאת: מיכאל מאיר ברודניץ

אנו כגבעולים ועלים דשנים
המניצים מצמרות העצים,
צמחנו איתם וצימחנו אותם
וברוחות המתחלפות - רשרשנו

כעת אחדים מאתנו
כבר התייבשו ונשרו
וגם אנו - יבוא זמננו,
כשהירוק יפנה מקומו לצהוב

גבעולינו יקמלו ואנו נתנתק
וכל אחד לעצמו ירפרף
וינשור אל ערימות קודמיו
או אולי לפלג הזורם לאיטו
ונבלע באשד הסוחף של הקיום

הצטופפנו על ענפינו
פנינו נפרשו והתקמטו
גידינו וגזעינו התחזקו
וצבענו הירוק הרענן - כהה

בחלוף ימים ולילות
עם שינויי מזג אוויר
וחילופי עונות ואופנות
התקבענו בין הדומים לנו

