



זמן רוטרי

ירחון מועדון רוטרי כפר סבא

אוקטובר 2021



SERVE TO CHANGE LIVES

עריכה: חיה ויעקב קנטרוביץ

דבר העורכים



חברות וחברים יקרים!

החלטנו שדבר העורכים של זר אוקטובר 2021 יעסוק בחיור, כי במקומותינו הוא לא כל כך מצוי ומעט מאוד מביעים אותו. לעזרתנו בא יום החיור הבינלאומי שחל בכל שנה ביום שישי בשבוע הראשון של חודש אוקטובר. הרבי בל (Harvey Ball), אמן ויוצר, אשר יצר את הסמילי המסחרי, הוא זה שיזם והגה את הרעיון שביום זה כל אחד ינסה לגרום לאדם נוסף לחייך. מאז 1999 מצוין יום זה בעולם בחיור.

חיור וחיים

כמה דומות המילים חיור וחיים לכן עלינו לחייך לחיים שניתנו לנו לחיות אותם במלואם, באהבה ובשמחה. אלה החיים שהוענקו לנו. לחייך אליהם לכבד להוקיר לאהוב אותם כי לא יהיו לנו חיים אחרים. וגם, איש לא יחיה אותם עבורנו, בטח לא כמונו חיור מעניק מבט חם לפנים, מעניק חיות רכות וחיים. מרכך את המבע מאיר את העיניים והמבט. חייכו אליהם והם יחייכו אליכם בחזרה. אל תעברו אותם סתם כך, תיהנו מהם אחרת זה יהיה בזבוז של חיים שלמים והם יהיו ראויים רק לבוז. אז בואו נרים כוסית לחיים טובים שמחים ויפים.

חיוכים

מילים: לאה נאור

אם עולה השמש ובכל בוקר חדשה היא
אם הפרחים סתם מחייכים אל העולם
אם מתגלגל הגל מצחוק עד השמים
אז למה גם אנחנו לא נצחק עם כולם

אם בעולם צחוקם של ילדים נשמע עדיין
אם יש בו קרקסים וליצנים ואגדות
אם שיכורים רבים בו יש רבים אך לא מיין
אם חולמי ערש יש ויש חולמי חלומות

צריך רק לחייך רק לאהוב לא לפחד ולא לכאוב
אז העולם בעצם לא כל כך נורא
צריך רק לחייך צריך לפקוח העיניים
צריך לצחוק ולחייך כי אין כל ברירה

צריך רק לחייך מותר לכעוס אך בזהירות לא להרוס
אפשר לרקום חלום נפלא ביום סגריר
הכל יהיה עוד טוב יותר ודאי אבל בינתיים
אפשר לצחוק ללא סיבה אפשר גם לשיר

אדם הולך בעיר והיא שלו והיא זרה לו
והוא שותק והעולם כולו שותק
לפתע בדיוק מולו תינוקת התחייכה לו
והאדם צוחק והעולם כולו צוחק

ושוב נושקת שמש את העיר המאוהבת
גל שובב וקל נושק לסלע שוב ושוב
האור נושק לצל והפסים את הרכבת
רק אנו שוכחים מה שכל כך כל כך חשוב צריך רק לחייך...

בנימה חייכנית זו נשלח ברכות להחלמה מהירה ובריאות איתנה
לחברינו:

לאלי רדוסקוביץ

לאסתר האס

לאילן טל

לחנה פיק

לחברי המועדון היוצאים ליוון,
אנו מאחלים טיול מהנה
סעו לשלום ושובו בשלום!

תודה לכל החברים שנטלו חלק ביצירת ירחון זה

חיה ויעקב קנטרוביץ



חברתנו, עדנה, הממונה השנה על ברכות
רעות במועדון, ציינה את החברים ובירכה
אותם:

מזל טוב לחוגגי ימי ההולדת
החודש



ברכות לקבלה כחבר למועדון



שוקי עדרא
18.10.1998



אלי מנחמי
8.10.2016



צביקה פרל
19.10.2019



אתי פרל
19.10.2019



פסוק השבוע בהגשתה של חברתנו גליה



Rotary District 2490

שירותים לשינוי חיים
خدمت لحياتنا الفل

פסוק השבוע
י"א בחשוון תשפ"א 17/10/2021

חברים יקרים,
היום, נחקים מאמרותיו של
קרנרד שו -

יש אנשים שרואים דברים
קיימים ושואלים - **מדוע?**
אני רואה דברים שלא קיימים
ושואל - **למה לא?**

ואכן,
למרות הקשש מהבלתי נודע,
עדיף לחזות ולקדם המדע!

Rotary District 2490

שירותים לשינוי חיים
خدمت لحياتنا الفل

פסוק השבוע
כ"ו בתשרי תשפ"ב 03/10/2021

חברים יקרים,
למען ההיסטוריה אני רוצה לציין
ש -

אנו, חברי המועדון, לפני יומיים,
נסענו יחדיו לפרוודור ורושלים.
וזה לא הנה סתם ביותת רגליים,
אלא טיול שבו נהנינו כפילים,
הודות למיקאל וחיליה, אלו השניים,
שטרחו וארגנו ולהם נרים - **לחיים!**

Rotary District 2490

שירותים לשינוי חיים
خدمت لحياتنا الفل

פסוק השבוע
כ"ה בחשוון תשפ"ב 31/10/2021

חברים יקרים,
היום, לפני 570 שנה, נולד גדול
מגלי הארצות -

נזכיר היום את ההוא - קולומבוס,
איטלקי-ספרדי הזה, לא "ווקוס".
מערכה יצא הוא, סביב לגלובוס,
בספינת מפרשים, לא באוטובוס.
להודו כינון, אך יצא לו פיספוס.
הזמין ביצה עגלגלה עם בולבוס
ואת אמריקה גילה - ב"פוקס"...

Rotary District 2490

שירותים לשינוי חיים
خدمت لحياتنا الفل

פסוק השבוע
י"ח בחשוון תשפ"ב 24/10/2021

חברים יקרים,
היום מלאו 76 שנים ליסוד
האומות המאוחדות -

ואנחנו כאן, בארצנו, העם הקדום,
קיוונו שזה הקלי שימנע איום
אך בי-ג'י אדק ב-"אום-שמום"
כי בניו יורק צפינו וחוץ מנאום
לא התבשרנו ולא יצא מאום.
ועדיין מצפים שמוסד האו"ם
יפעל לשלום ולהצלת היקום!



פעילות אפיק המועדון החודש



❖ 1.10.21 – טיול לפרוזדור ירושלים

❖ 3.10.21 – הרצאה:

הרצה לנו ד"ר מאיר כרמון.

נושא ההרצאה: כתות משיחיות

❖ 10.10.21 – ישיבה עסקית.

❖ 17.10.21 – הרצאה:

הרצה לנו יוסי נינווה.

נושא ההרצאה: סיפורים מן התנ"ך

❖ 24.10.21 – הרצאה

המרצים: איריס פרידור ידגר , חמוטל לוטן ואורי בלק מעמותת "מתוק"

נושא ההרצאה: על מעורבות תרבות וקהילה (מתו"ק).

❖ 30.10.21 – הליכה בפארק:

לכבוד יום ההליכה העולמי, חלק מחברי המועדון צעדו יחדיו בפארק

כפר סבא.

❖ 31.10.21 – הרצאה:

הרצה לנו פיליפ ויטל

נושא ההרצאה: יוון (לקראת הטיול ליוון, שישתתפו בו חלק מחברי

המועדון).



חברות וחברי מועדון רוטרי כפר סבא משתתפים באבלם הכבד של

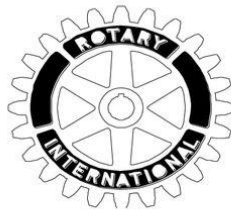
בני משפ' **צור**

עם פטירת אלמנת חברנו **נ"ל ד"ר מרדכי צור ז"ל**
נגידה לשעבר של האופן הפנימי ישראל,
נ"ל באופן הפנימי כפ"ס, אשת חינוך

ציפורה צור ז"ל

ת.נ.צ.ב.ה.

הלוויה ביום א', 17.10.21, בשעה 12:00, בבית העלמין בקבוץ
החורשים. המשפחה תשב שיבעה בביתה ברח' הפרדס 6 בכפ"ס



מיכאל שליו – נשיא המועדון
וכל חברות וחברי מועדון כפר סבא



לזכרו של יצחק קינן ז"ל

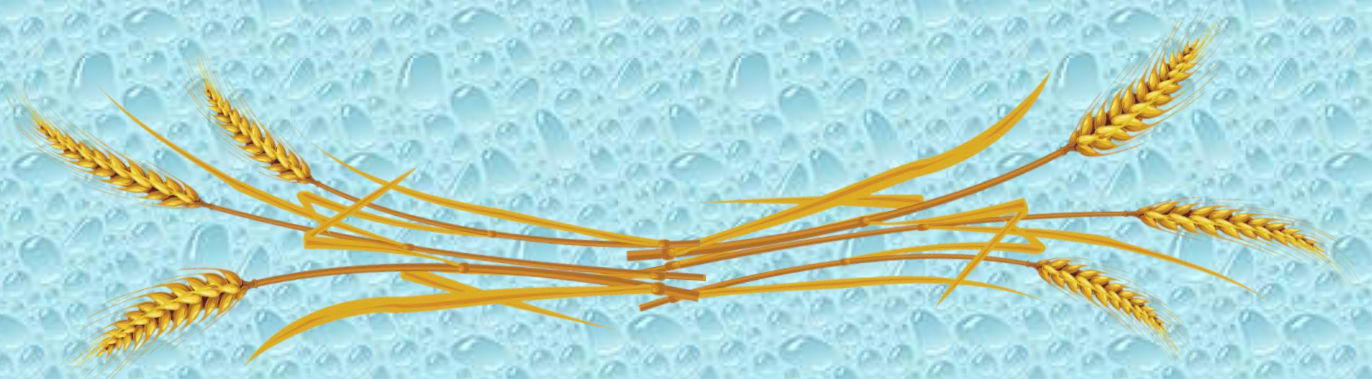
מאת חברנו נ"ל אייבי ברכה



בחודש החולף נפטר ידידי איציק קינן. מי ששימש כראש מועצת בית שאן לצד קריירה ענפה בעולם התרבות, הלך לעולמו בגיל 79. קינן היה סופר, פזמונאי ותסריטאי, וכתב את מילות השיר המפורסם "יום השיבולים", שבוצע על ידי להקת הגבעטרון, וגם את השיר "עמק שלי". קינן נולד במרוקו בשם יצחק (איז'ק) ועקנין, ועלה לישראל ב-1952. הוא עבד כמורה, מחנך ומנהל בית ספר בעיר בית שאן, וב-1972 נבחר כראש המועצה מטעם מפלגת העבודה, תפקיד בו כיהן עד 1983. במקביל כתב מספר שירים, כשהבולט שבהם הוא כאמור "יום השיבולים", וכן כתב חמישה ספרים ושני תסריטים. הוא שימש גם כמנכ"ל עמותת "אמנות לעם" וכשליח הסוכנות היהודית לפריז. את איציק קינן הכרתי בהרקדות ריקודי עם בהם רקדתי באזור השרון. יצא לנו לשוחח לא מעט וגיליתי איש רגיש מאד, חיובי, חיוני וצנוע. תמי ואני פגשנו אותו בעיר ניס כאשר הוא היה בשליחות מטעם הסוכנות בצרפת.

כשחזר הצטרף אלינו (למרות גילו) ללהקת הורה כפר סבא בניהולו של שלמה ממן.
למי שאינו יודע חברינו ענת ויוסי בן עמי רכשו את דירתם הנוכחית המקסימה מאיציק קינן.
בשנים האחרונות חלה והגיע פחות ופחות להרקדות עד שלפני הקורונה הפסיק להגיע.
חברי להקת הגבעטרון ספדו לקינן בפייסבוק: "הישנם שירים יפים יותר בעברית מאשר 'ים השיבולים' ו'עמק שלי' קשה לנו לדמיין כיצד הרפרטואר של להקת הגבעטרון היה ללא שני השירים הללו, אשר כתב יצחק קינן ואשר כל כך מזהים עם עמק יזרעאל ועם הלהקה. ביום עצוב זה להקת הגבעטרון, העמק שלנו וים השיבולים מרכינים ראשם על מותו של יצחק קינן ומשתתפים בצער המשפחה. איפה ישנם עוד אנשים כמו האיש ההוא? יהי זכרו ברוך."
איציק קינן נקבר בבית העלמין פרדס חיים בכפר סבא.

ת.נ.צ.ב.ה



טיול לפרוזדור ירושלים



חברנו נ"ל גבי מזור רשם וצילם את מהלך הטיול:

טיול רוטרי עם אורחים ממטיילי "גלי השרון".

הטיול התחיל במוצב "חתולה" הצופה על שער הגיא, ממשיך במוזיאון אינטראקטיבי חדש ב"חאן שער הגיא" עם תצוגה יפה של הקרב על שמירת האספקה לירושלים.

משם המשכנו לאבו גוש שם אירח אותנו עיסא ג'אבר, לשעבר ראש המועצה, מנהל תיכון וראש אגף החינוך. בקרנו אתו בכנסיית גבירתנו של ארון הקודש. משם לאנדרטה לזכרו האלוף דוד מרכוס. ארוחת הצהריים בחצרו של עיסא וסיפורים על תושבי אבו גוש. בהמשך ביקור במסגד הצ'צ'ני ובכנסייה ובמנזר הצלבניים.

לבסוף נפגשנו עם תא"ל אברהם אלמוג, מג"ד גד' הטנקים 184, באנדרטה לזכר נופלי הגדוד, שסיפר על הקרבות במלחמת יום הכיפורים, עליהם עוטר בעיטור העוז.

לסכום:

טיול מהנה ומעניין, חברותא מצויינת בניהולו של נשיאנו מיכאל שלי (כשמו כן הוא) ובהדרכתו של ער בן דוד.







מגשימים חלומות בקהילה

דבר יו"ר אפיק הקהילה נ"ל יובל השכל

נשאלתי ע"י חבר במועדון מה הקשר בין היוזמות הקהילתיות החדשות לרוטרי בכלל. וכמצוותו הלכתי ללמוד. חשבתי שנכון יהיה להתחיל בהגדרת המטרות.

וכך הגדירו ברוטרי - מטרת המועדון היא לקרב אנשי עסקים בכל רחבי העולם במטרה ליזום פרויקטים הומניטריים ולעודד יחסי שלום ואחוזה בין אומות העולם.

מוטו המועדון הוא "שירות לזולת מעל הפרט" (Service above Self) או "הרווח הגדול ביותר הוא למשרתים את האחר" (They profit most who serve best).

הגדילו ברוטרי והגדירו 7 תחומי מיקוד:

קידום השלום, מניעת סכסוכים ופתרונם (Peace & Conflict Prevention/Resolution).

- חיזוק מאמצי שלום מקומיים;
- הדרכת מנהיגים מקומיים במניעת סכסוכים ובשרות כבוררים;
- תמיכה בבניית שלום לטווח ארוך באזורים הנגועים בסכסוכים;
- סיוע לאוכלוסיות פגיעות שהושפעו מהעימות, ובמיוחד לילדים ונוער;
- תמיכה במחקרים הנוגעים לשלום ופתרון סכסוכים.

טיפול במחלות ומניעתן (Disease Prevention & Treatment)

- שיפור יכולתם של גורמי רפואה מקצועיים מקומיים;
- לחימה בהתפשטות האיידס, מלריה, ומחלות קשות אחרות;
- תגבור תשתית הבריאות של קהילות מקומיות;
- חינוך והנעת קהילות למלחמה במניעת התפשטות מחלות קשות;
- תמיכה במחקרים הנוגעים למניעת מחלות ולטיפול בהן.

מים וסניטציה (Water & Sanitation)

- הגברת גישה לקהילה למי שתייה ולסניטציה בסיסית;
- חיזוק יכולת הקהילה לפתח ולשמור על מערכות מים וסניטציה ברות קיימא;
- חינוך קהילות אודות מים בטוחים, סניטציה, והיגיינה;
- תמיכה במחקרים הקשורים למים וסניטציה.

בריאות היולדות והיילודים (Maternal & Child Health)

- הפחתת שיעור המוות של ילדים מתחת לגיל חמש;
- הפחת שיעור מקרי המוות של אימהות;
- שיפור הגישה לאימהות ולילדיהם לשירותי רפואה חיוניים ולספקי בריאות מיומנים;
- תמיכה במחקרים הקשורים לבריאות ילדים ואימהות. חינוך ואוריינות בסיסיים (Basic Education & Literacy)
- הבטחת גישה לילדים לחינוך בסיסי איכותי;
- מזעור הבדלי מגדר בחינוך;
- הגברת אוריינות מבוגרים;
- חיזוק יכולת הקהילות לתמוך בחינוך ובאוריינות בסיסיים;
- תמיכה במחקרים הקשורים לחינוך ולאוריינות בסיסיים.

מיגור העוני על ידי פיתוח כלכלי וקהילתי (Economic & Community Development)

- חיזוק יכולתם של מנהיגי הקהילה ויזמים בקהילה, ובמיוחד של נשים, בקהילות מעוטות יכולת;
- פיתוח הזדמנויות לעבודה פרודוקטיבית, במיוחד עבור נוער;
- בניית היכולת של ארגונים מקומיים ורשתות קהילתיות לתמוך בפיתוח כלכלי;
- תמיכה במחקרים הקשורים לפיתוח כלכלי וחברתי.

איכות הסביבה - הגנה על הסביבה (Protecting the Environment)

סיוע באיכות הסביבה. שינוי אקלים - כל העולם הוא החצר האחורית שלנו. עלינו לפעול עכשיו כדי להגן על הסביבה. שכנוע ידידותי- התמודדות עם נושא שנוי במחלוקת תביא גישה שוויונית לטיפול בנושא. עזרה לסביבה - האם שינויי אקלים יביאו יותר עוני? האם נצליח לעצור את ההשפעות הגרועות ביותר שלה? סייע לסביבה ושמור עליה. עלינו לפעול בדרכים הבאות:

- הגנה והשבת משאבי קרקע, חוף ים, מים ומתוקים
- שיפור היכולת של קהילות לתמוך בניהול ושימור משאבי טבע טבעיים
- תמיכה בשיטות חקלאות, דיג וחקלאות מים בר קיימא
- טיפול בגורם לשינויי האקלים על ידי הפחתת פליטת גזי החממה
- חיזוק מערכות אקולוגיות וקהילות המושפעות משינויי אקלים
- תמיכה ביוזמות חינוך המקדמות התנהגות המגנה על הסביבה
- דוגלת בצריכה בת קיימא לבניית כלכלה המשתמשת במשאבים בצורה יעילה יותר
- טיפול בבעיות צדק סביבתי ובחששות לבריאות הציבור.

השלב הבא היה לבחון את הפרויקטים החדשים ביחס לכך.

אז יצאנו בקול קורא לקהל הרחב לבקש יוזמות המחברות קהילה וחינוך במטרה לקדם את איכות הסביבה עם דגש על משבר האקלים. יוזמה כזו שיש בה חיבור בין עשייה וקיימות לחדשנות וחינוך. קיבלנו הצעות לרוב לחיבורים ועשייה שכזאת. לראשונה מועדון רוטרי כפר סבא נגע ברבדים השונים מגני הילדים ועד לתיכונים, ממערך החינוך על שלוחותיו השונות ועד לגורמים פעילים מובילים בקהילה. אלה ואלה פנו לרוטרי כדי לייצר שיתופי פעולה. קיבלנו הצעות לרוב לפרויקטים מגוונים. חלקם טובים אך אינם במרחב בו אנו מבקשים לפעול. לאלה סיפרנו על רוטרי בכלל ומועדון כפר סבא בפרט. המלצנו להם לפנות בחודש 5/2022 לנשיאות הנכנסת כדי לבחון שיתופי פעולה בשנת הנשיאות של יחיאל. כלומר יצרנו משמעות קהילתית לגלגל הרוטרי בעצם יצירת ההמשכיות.

באשר להצעות האחרות, במהלך חודש נובמבר 2021 ועדה משותפת תקבע למועדון לעירייה ולהורים פעילים בעיר מה יהיו 2-4 הפרויקטים שנקדם השנה. הפרויקטים כולם עוסקים בצריכה בת קיימא, בשימור משאבי טבע עירוניים, בעזרה לסביבה ולקהילה, בשיפור היכולת הקהילתית לשמור על משאבי טבע, במודעות והתמודדות עם משבר האקלים, חיזוק יכולתם של מנהיגי הקהילה ויזמים בקהילה.

ב טכנולוגרין - כזכור זהו מיזם של גלעד, בוגר מייקרים משנה שעברה. החודש גיבשנו נבחרת מנהיגות צעירה ירוקה. 50 תלמידי חטיבות הביניים בעיר החלו הכשרה להובלת צוותים בכנס הטכנולוגרין. בכנס (הקאתון) זה יקחו חלק כ- 300 תלמידי חטיבות בעיר. הצוותים יעסקו במשך יום שלם בפיתוח פתרונות למשבר האקלים. הקבוצה הזוכה תזכה לממש את הפתרון שיעלה על ידם.

גם כאן תמצאו הלימה גבוהה ליעדי רוטרי ובהם חדשנות, קהילה פעילה, חינוך, קיימות, איכות הסביבה ובעיקר משבר האקלים ומנהיגות צעירה זו שתצעיד את העיר בשנים הבאות.



גלעד מתראיין לערוץ 13
בוועידת האקלים העירונית



סדנת מנהיגות עירונית ירוקה

ג מייקרים 21-22- יצאנו לדרך, נרשמו השנה כ- 60 תלמידים. בשנה שעברה נרשמו מעל 100 תלמידים. אנחנו בוחנים את הסיבות להרשמה הנמוכה ונפיק לקחים לשנה הבאה. האתגרים השנה רועננו ועליהם תשמעו בזר הבא.

מהו עולם המייקרים?

המרחב התרבותי שלנו עובר שינויים רבים בעשור האחרון ואתו גם מערכת החינוך, המטמיעה כלים טכנולוגיים חדשים כחלק מתכנית הלימודים. ניתן להבין כי, שימוש בטכנולוגיות (Science, Technology, Engineering and Mathematics) STEM וישי צורך בשינוי תודעתי של סביבת הלימודים, אינם מספיקים ויש צורך בשינוי תודעתי של סביבת הלימודים. סביבה אשר מתאימה את עצמה לשינויים הדיגיטליים, מתוך הנחה כי הילדים של היום נולדים לתוך השינויים הטכנולוגיים והם חלק מהמרחב הדיגיטלי ועל כן, אין מנוס מליצור עבורם תנאי למידה חדשים כאלה שיספקו חינוך ליצירה. תנועת המייקרים (Maker Movement) שנתבעה כמונח בשנים האחרונות, היא תוצר של שינוי תרבותי – חברתי כחלק מתורת ה-DIY (עשה זאת בעצמך).

בעזרתם של מאגרי המידע ועולם הרשתות החברתיות, הצליחה התנועה להנגיש את היכולת של כל אחד/ת מאיתנו לעשות דברים וליצור יש מאין – לבד, באמצעות הכלים והמידע שעומד כבר לרשותנו במרחב הפיזי-דיגיטלי שסביבנו, השינוי מאפשר לנו בעצם להיות אוטוידקטיים של חינוך ליצירה .

כזכור המייקרים הינו פרויקט של הקרן. ככזה מעבר להלימה בין מטרותיו ליעדי רוטרי בנושא פיתוח וחדשנות, חינוך וקיימות הוא עונה גם למטרות הקרן שכן הוא מקדם את החינוך הטכנולוגי מדעי ובנוסף הוא מנציח את ותיקי העיר ויקירי התורמים.



ניוזלטר לקידום בנות לבחירה במגמות מדעיות טכנולוגיות בעיר כפר סבא



גיליון 8 | אוקטובר 2021

חוסן

ניוזלטר לקידום בנות לבחירה במגמות מדעיות טכנולוגיות בעיר כפר סבא



"אין גבול למה שאנחנו, כנשים, יכולות להשיג."
מישל אובמה

דבר מנהלת אשכול פייס רויטל נאמן יהל בניוזלטר מספר 8

להשיג חוסן נפשי

"לא נוכל לפתור בעיות באמצעות אותה צורת חשיבה שהשתמשנו בה כשיצרנו אותן". אלברט איינשטיין



הפתעות ושינויים נכפים עלינו כל רגע כמעט כל יום בדיוק שאנו הכי לא מצפות להן. תחשבי כמה פעמים השבוע נעצבת או התעצבנת בשל מקרה לא פשוט או קושי שלא ממש היית מוכנה אליו? תנסי להיזכר מאותו הפעם שאמרו לך: לא! או היה לך ריב עם חברה/ה שגרם לך לגמרי לאבד את זה. נכון, חשוב מאוד לתת מקום לרגשות הללו לצאת החוצה אבל יחד עם זאת חשוב שנדע להתמודד עם מנעד הרגשות הללו בצורה שלא תשבש את איכות החיים שלנו לאורך זמן ואולי אולי תקדם אותך למקום טוב יותר. אשתף בסיפור אישי שקרה לי לפני מספר שנים. כמי שמובילה ומעודדת נערות רבות לבחור במגמות מדעיות טכנולוגיות בתיכון זכורה לי נערה מקסימה שכבשה את ליבי ובמבחני הקבלה לאחת המגמות הטכנולוגיות בתיכון היא קיבלה הודעה שהיא לא עברה ולכן לא תוכל ללמוד באותה מגמה. מבחינתה זה היה סוף העולם, היא נשברה במלוא מובן המילה: בכתה, כעסה מאוד ואך הטיחה בי בתחילה המון מהכעסים. אני מודה שבתחילה זה היה לי קשה אבל היה לי קשה יותר לראות את העצב העמוק שבו היא שרויה. מבחינתה לא להתקבל לאותה מגמה זה היה סוף העולם היא לא הצליחה לראות אפשרויות אחרות, היא לא יכולה להתקדם לבחון אפשרויות אחרות שיש בפניה להגשים אותן ולחוות חיים מלאי משמעות ועוצמה. אילו אם רק יכולתי להעניק לה כלים להתמודד בצורה אחרת עם הכאב שהיא היתה שרויה בו אפשר היה לצפות שהתגובה שלה היתה מתונה יותר ומגויסת למציאת פתרונות אחרים. ניסיתי להסביר לה לפרש את המציאות ולהגיב כך שהיא תוכל לראות הזדמנויות אחרות, מגמות אחרות שיכולתו להיות טובות ומתאימות לה יותר. להסתכל על הדברים בפרופורציה הנכונה להן, זה שהיא לא התקבלה למגמה אינו סוף העולם.

עליה לזכור שמעבר לקושי הנקודתי הזה יש חיים נוספים, הזדמנויות אחרות, מגמות אחרות שהיא יכולה לנסות להתקבל ואולי יהיו הרבה יותר טובים לה.

ניסיתי באותה עת להעניק לה אוזן קשבת ותמיכה למרות הכעס שהפנתה אליי, היה לי חשוב שהיא תוקף בחברות שיתמכו בה שידברו איתה ולא יתנו לה לשקוע בעצב. אותה נערה מקסימה ואהובה הגישה בקשה להתקבל למגמה טכנולוגית מדעית אחרת והתקבלה. היא נמצאת במקום טוב ומאושרת. מידי פעם אני מסתמסות אחת לשנייה לשמוע ולדעת שהכל טוב. כולי תקווה שהשיעור שהיא קיבלה למרות הכאב שהיה כרוך בו גרם לה להבין שיש לנו שליטה על ההתייחסות והתגובה שלנו לאירועים ומצבים שנקרים בחיינו. חשוב נערות יקרות שטיפטרו מרגשות שליליים ומתחושות כבדות שמעכבות אתכן. תמיד תסתכלו קדימה ולמעלה

שלכן רויטל



פעילות אפיק הבינלאומי החודש



יו"ר האפיק הבינלאומי, חברנו חנן האס, שלח ברכה
בינלאומית

Dear friends in Windsor-Roseland,

It is my privilege to raise our weekly toast to your honor. Your club has been mentioned within our friends in Kfar Saba – Israel as a club with a very important message:

The very first lady in office as the Rotary International president is going to be Jennifer E. Jones from your club.

We are also aware of significant efforts made by the president in office Shekhtar Mehta, supporting professional development for women worldwide. We are proud to be one of the clubs in the country with a very significant number of female Rotarians.

Whenever any of you plan to visit Israel, please let us know about in advance ☑we shall be happy to meet you in the Holy Land.

Warm regards and a lot of success in your efforts for the benefit of the community,

Hanan Haas

International service, Rotary club Kfar Saba, Israel, D2490.

להלן תרגום :

חברים יקרים בווינדזור-רוזלנד,
השבוע יש לי זכות ועונג לברך אתכם דרך הברכה
הבינלאומית!

המועדון שלכם מוכר בין החברי המועדון שלנו
בזכות העובדה שחברת המועדון שלכם ג'ניפר א. ג'ונס
תהיה הנשיאה הבינלאומית הראשונה של רוטרי.

אנו גם מודעים למאמצים של הנשיא הרוטרי הבינלאומי
שכטר מתה לקדם נשים מבחינה מקצועית בחלקים
שונים בעולם.
גאים אנו בעובדה שלמועדון שלנו שייכות חברות רבות.

אם מישהו מכם מתכנן לבקר בישראל בבקשה תייעדו
אותי בהקדם. נשמח להיפגש אתכם בארץ הקודש.
ברכות לבביות ואיחולים להצלחה במאמציכם לטובת
הקהילה.

חנן האס, אפיק הבינלאומי במועדון רוטרי כפר סבא ת
ישראל אזור 2490



מידע רוטרי



פינתו של חברנו נ"ל אייבי ברכה

מידע מס' 9 הוקרא בפני חברי המועדון ב-3.10.21



מידע רוטרי מס' 9 - תשלומים לרוטרי

תשלום לרוטרי בינלאומי

מועדון רוטרי משלם דמי חבר לרוטרי בינלאומי פעמיים בשנה:

ב 1/7 וב 1/1 לפי כמות החברים הרשומה ברוטרי בינלאומי (MY ROTARY) באותם תאריכים.

התשלום החצי שנתי הוא \$34.5 לחבר. אנו משלמים מראש לחצי שנה.

במידה והצטרף חבר חדש בחצי השנה שחלפה – אנו משלמים עליו מתחילת החודש בו הוא הצטרף.

במידה ועזב חבר אנו איננו מקבלים החזר מרוטרי בינלאומי כלל.

בנוסף לכך המועדון חייב לרכוש את העיתון The Rotarian לפחות בעותק אחד שעולה \$12 לשנה. (חנן האס מקבל את העיתון).

כל 3 שנים מתקיימת ועידה תחיקתית של רוטרי וכל חבר מחויב בתשלום של דולר וחצי לנושא זה.

לסיכום \$69 דולר לחבר לשנה + 12 דולר לעיתון + \$1.5 לחבר בשנה של ועידה תחיקתית.

מועדון שלא שילם את התשלום במשך 120 יום – מושעה מרוטרי בינלאומי.

דוגמה לחשבונת חצי שנתית

**CLUB INVOICE — JULY 2021**

INVOICE NUMBER: 807 003484705
CLUB NUMBER: 03807 0461
ROTARY CLUB OF: Kfar Saba
DISTRICT: 2496
INVOICE DATE: 01-07-2021

Rotary Club of Kfar Saba
Rotary Club, P.O. Box 72
Kfar Saba 44100
Israel

PAYMENT DUE UPON RECEIPT
1,596.00 USD

JUL-DEC CHARGES

| QUANTITY | UNIT OF MEASURE | DESCRIPTION | UNIT PRICE (USD) | TOTAL (USD) |
|----------|-----------------|------------------------------|------------------|-------------|
| 44 | Members | 87 Per Capita Dues | 35.00 | 1,540.00 |
| 44 | Members | Charter on Application | 1.00 | 44.00 |
| 1 | Subscriptions | Rotary International - Paper | 12.00 | 12.00 |

TOTAL JUL-DEC CHARGES 1,596.00

PREVIOUS BALANCE 0.00

TOTAL CLUB BALANCE (USD) 1,596.00

PAYMENT DUE UPON RECEIPT 1,596.00 USD

NOTIFICATIONS

View Current Invoice Details in
the Rotary Manager Club
Administration Club Inmate

QUESTIONS?

Contact: Sylvia Vilger-Rosenblatt
T: +972 07 267 71 97
E: Sylvia.Vilger-Rosenblatt@rotary.org

תשלום לקרן רוטרי בינלאומי ROTARY FOUNDATION

יש התחייבות לשלם לפחות \$30 לחבר לקרן רוטרי כל שנה. תשלום זה מבוצע ע"י הגזבר לקרן רוטרי.

תשלום לאזור

320 ש"ח לחבר לשנה.

הגזבר משלם בשני תשלומים חצי שנתיים לאזור.

בשנה החולפת בשל הקורונה – הוחזרו חלק מהכספים ששולמו למועדונים.

מיסי חבר במועדון

במועדון כפר סבא חבר משלם 110 ש"ח לחודש. זוג משלם 160 ש"ח לחודש.

מועדון כפר סבא אינו מחייב אורחים בתשלום כלשהו.



מידע רוטרי – מס' 10

הנגיד הנוכחי בישראל 2021/22 הוא חיים קנת ממועדון רמת השרון שהוא עורך דין במקצועו.

הנשיא העולמי לשנה הנוכחית הוא שקאר מהטא מהודו. הוא רו"ח במקצועו ומכהן כיו"ר חברת נדלן Shekhar Mehta
נשיא המועדון השנה הוא מיכאל שלו

לשנת 2022/23 הנגיד המיועד הוא דני גלבוע ממועדון רוטרי רמת השרון, שהיה סמנכ"ל שיווק של IBM בישראל.

הנשיאה העולמית לשנה הבאה היא ג'ניפר ג'ונס מקנדה והיא תהיה האישה הראשונה בתפקיד זה. היא מייסדת ובעלים של חברת פרסומת חוצות.
Jennifer E. Jones

נשיא המועדון לשנה הבאה הוא יחיאל שטרית

לשנת 2023/24 הנגיד הנבחר הוא בשיר נוסיר ממועדון נצרת שהוא רו"ח במקצועו.

הנשיא העולמי לשנת 2023/24 הוא גורדון מקלינאלי מסקוטלנד. במקצועו הוא רופא שיניים. Gordon R. McInally

נשיא המועדון לשנת 2023/24 טרם נבחר והוועדה לבחירת הנשיא צריכה להתחיל עבודתה בראשון לנובמבר הקרוב.

הוועדה בראשות חני ברקת וכוללת את מיכאל שלו עולי רשטיק, גבי מזור ועודד שוהם.

לשנת 2024/25 הנגיד הנבחר הוא ירון מטר ממועדון קישון שהוא בעל חברה לציוד רפואי. טרם נבחר נשיא רוטרי בינלאומי וכנ"ל גם לא נשיא למועדון.



מידע רוטרי 11 - פוליו פלוס



היום 24 לאוקטובר הוא יום הפוליו הבינלאומי..

אחת הפעילויות הידועות ביותר של ארגון הרוטרי היא פרויקט **פוליו פלוס** הבינלאומי – פרויקט לחיסול מחלת שיתוק הילדים.

פרויקט זה החל בשנת 1985 - באותם שנים נפגעו מפוליו כל שנה כ 300,000 ילדים ברחבי העולם.

ראשי רוטרי החליטו לפתוח בחיסון ילדים בכל העולם, מדינה אחרי מדינה עד לחיסול המחלה ב 2005 – עת ימלאו לרוטרי 100 שנה.

במסגרת הפרויקט לאורך עשרות שנים נאספו ונתרמו למעלה מ 2 מיליארד דולר ומאות אלפי שעות תרומה לקהילה, ואפשרו חיסון של למעלה מ 2.5 מיליארד ילדים כנגד שיתוק ילדים ב 122 מדינות.

הפרויקט מבוצע יחד עם ארגון הבריאות העולמי וארגון יוניצ"ף ובשנים האחרונות קיבל הפרויקט שותף משמעותי בשם קרן מלינדה וביל גייטס אשר התחייב לתרום דולר על כל דולר שרוטרי מביא.

ציוני דרך:

בשנת 1994 כל יבשת אמריקה הוכרזה כנקייה מפוליו
בשנת 1995 חוסנו בשבוע אחד 185 מיליון ילדים בסין והודו.

עד שנת 2000 קיבלו 550 מיליון ילדים את החיסון של 3
הטיפות דרך הפה.

בשנת 2006 נשאר 4 מדינות בהן המחלה פעילה.

עד 2009 רוטרי השקיע 800 מיליון דולר וגייס את קרן ביל
גייטס לתרומה של 355 מיליון דולר נוספים.

ב 2012 הוכרזה הודו כנקייה מפוליו לאחר שנה שלמה ללא
אף הידבקות.

ב 2019 הוכרזה ניגריה כנקייה מפוליו לאחר 3 שנים ללא
אירוע פוליו ובכך אפריקה כולה הוכרזה כנקייה מפוליו.

לסיכום:

לא הצלחנו לעמוד במשימה במלואה בשנת 2005 אך אנו
קרובים לשם יותר מאי-פעם:

מאז 1988 הורדנו את כמות החולים במחלה ב 99.9%.
בשנת 2020 היו בסך הכל 23 מקרי פוליו ברחבי העולם

נשאר 2 מדינות שבהם עדיין המחלה פעילה: פקיסטן
ואפגניסטן. מדינות שכבר חוסנו בעבר אולם הממשלות שלהן
לא עמדו במחויבות להמשיך ולחסן את כל הילודים בעצמם.
רוטרי פועל בהן במרץ רב לסיים למרות שהטאליבן
באפגניסטן רצחו ופצעו לפני כמה שנים מחסנים מטעם רוטרי.

רוטרי כבר סבא באמצעות תרומות אישיות של חבריו תרם
לפרויקט במשך 35 שנים כ 35,000\$ וגאה להיות שותף
בפרויקט עולמי שכזה.



לחברי למועדון

בהמשך למידע רוטרי בקשר לפוליו פלוס.

מתוך 39 חברים במועדון שיש להם פול הריס לאורך השנים, רק ל 14 חברים פעילים במועדון היום יש פול הריס.

5 חברים במועדון הם חברים נלווים זאת אומרת שיש להם תרומה של בין 800 דולר ל 100 דולר לקרן רוטרי בינלאומי – והם מתבקשים להשלים.

זאת אומרת ש 27 חברים אין להם שום תרומה לקרן רוטרי.

אני מזכיר שתרומה של החבר של \$750 מזכה השלמה של \$250 ע"ח המועדון והגעה לפול הריס.

יש לנו 7 נשיאים לשעבר ללא פול הריס.

אפשר לתרום כל שנה \$100 ולאט לאט להגיע לפול הריס.

אפשר להעניק פול הריס כמתנת יום הולדת כפי שאסתר הפתיעה את חנן, או פרישה מהעבודה כפי שהפתיעה טובי את עמי.

חשוב מאד שנמשיך ונתרום. מי שמעוניין לתרום ואינו יודע כיצד - אני עומד לרשותו בעצה ובעזרה כדי לממש זאת.

א"בי

אירועים בחודש אוקטובר



1.10 – יום החיוך הבינלאומי



1.10 – יום הזקנה הבינלאומי



Non-violence

2.10 – היום הבינלאומי לאי אלימות



9.10 – יום הדואר הבינלאומי



17.10 – היום הבינלאומי למיגור העוני



24.10 – יום האומות המאוחדות



ספר נגידי רוטרי ישראל



פינתה של חברתנו נ"ל ד"ר חני גלנצר ברקת

נג"ל וולף צגלה



שם: וולף צגלה

באנגלית: Dr Wolf Cegle

רעייתו : אולגה

ממועדון : תל אביב

שנת נגידות: 1961-1962

נשיא עולמי: Josep A. Abey

סימת הנשיא העולמי: Act.

Aim for Action

"פעל, כוון לפעולה."

ד"ר וולף צגלה, תעשיין ואיש עסקים.

את המחקר לעבודת הדוקטורט שלו עשה בגרמניה, בתחום המשפט המשווה והמשפט הבינלאומי הפרטי, תחום שהיה קרוב במיוחד לליבו.

למד באוניברסיטאות של פרנקפורט היידלברג וברלין. עלה ארצה בשנת 1936. טרום מלחמת העולם השנייה. הקים את מרכז- ע"ש צגלה למחקר בינתחומי של המשפט, בפקולטה למשפטים באוניברסיטת תל אביב, לצד הקמת המרכז על שמו, קרא ד"ר צגלה גם אגף בפקולטה על שם אשתו המנוחה, אולגה,

בשנת 1947 הקים יחד עם אחיו את מפעל אוליבקס למיצוי שמנים.

בדצמבר 1978 מונה חבר ההנהלה העולמית של רוטרי.

פעילויות בולטות בשנת הנגידות :

כנס בינלאומי, של נערים בני דתות שונות מתורכיה, יוון קפריסין וישראל במכון וינגייט בנתניה.

הענקת צ'רטר למועדון רוטרי קריית גת, המועדון ה-30 בישראל.

הקמה ותמיכה בבתי נוער לצעירים בנתניה, צפת, שכונת שיח מוניס בתל אביב ושכונת סלמה ברמת גן.

עידוד ותמיכה במפעלי תעשייה על ידי ארגון תערוכות ועזרה בשיווק המוצרים.

הקמת משטח נייד ללמידת זהירות בדרכים.

עם סיום כהונתו כנגיד רוטרי ישראל, התמנה על ידי רוטרי העולמי כיועץ לישראל, תורכיה ואירן. זאת הפעם הראשונה שרוטריון מישראל נבחר לתפקיד זה.

וועידת רוטרי ארצית: מס' 2. חיפה, 17 במאי 1962 בהשתתפות נשיא רוטרי מאיטליה.





פינת ההיסטוריה



פינתה של חברתנו נ"ל ד"ר חני גלנצר ברקת

ליום האומות המאוחדות – האו"ם

ב-24 באוקטובר 1945, נוסד מוסד שנועד להיות המועצה הכלל עולמית בסן פרנסיסקו, קליפורניה, ארצות הברית. את המונח האומות המאוחדות טבע לראשונה פרנקלין רוזוולט ככינוי לבעלות הברית. השימוש הרשמי הראשון במונח זה היה ב-1 בינואר 1942, כש-26 ממשלות חתמו על האמנה האטלנטית, בה התחייבו להמשיך המאמץ המלחמתי.

האו"ם, קיצור של האומות המאוחדות, הוא ארגון בינלאומי של כל המדינות בתבל, שמטרתו לשמור על השלום בעולם. הוא הוקם לאחר סיום מלחמת העולם השנייה ולאור ההבנה שאם מדינות העולם לא יעבדו יחדיו כדי לשמור על העולם ולא יעמדו מאוחדים כנגד רודנים וממשלים אכזריים ותוקפניים, העולם יהפוך לגיהנום.

בשנת 1946, ניתן השם לארגון האו"ם שנכנס לנעליו של "חבר הלאומים", ארגון דומה שמושבו היה בז'נבה, ופעל בין שתי מלחמות העולם למנוע מלחמות ולקדם את הזכות ההגדרה העצמית של העמים.

באירופה, אחרי מלחמת העולם השנייה אוזנה הזכות להגדרה עצמית באמצעות הקמת ארגונים לשיתוף פעולה בינלאומי. החשוב שבהם הוא האיחוד האירופי שמאפשר מעבר חופשי של אנשים וסחורות בין המדינות החברות בו, וכן מסגרת חוקתית משותפת למדינות החברות. כל זאת, תוך כדי שמירת עצמאותה של כל מדינה חברה. המבנה הזה החזיק מעמד שנים רבות, אולם לאחרונה הוא עומד בפני אתגרים מסובכים: הגירה מסיבית ממדינות אפריקה ואסיה שמשנה את הרכב האוכלוסייה בחלק מהמדינות וכמו כן תופעת הגלובליזציה, כלומר פיתוח אמצעי תחבורה ותקשורת מהירים שיוצרים קהילות בינלאומיות ותאגידים מסחריים בינלאומיים שנוגסים בכוחן של מדינות הלאום והארגונים הבינלאומיים שהקימו.

יישום הזכות להגדרה עצמית נתקל בבעיות קשות אף יותר בתקופת ביטול השלטון הקולוניאלי, בסוף שנות ה-40 של המאה ה-20 ובשנות ה-60 של אותה מאה. הגבולות המדיניים באפריקה ובאסיה הוגדרו על-פי אינטרסים של המעצמות האירופיות, ולעיתים קרובות התעלמו ממאפייני התושבים המקומיים, כגון דת, מנהגים, שפה וכיוצא באלה. האו"ם, שקיבל את הזכות להגדרה עצמית כחלק מאמנת האו"ם (בתיקון משנת 1951), והמדינות החברות בו, ראו את מימוש הזכות בתוך הגבולות הקיימים, ובכך הביאו להקמת מדינות רב-לאומיות שמתקשות לקיים שלטון משותף.

התנועה הציונית העמידה, עם הקמתה, במרכז מטרותיה את זכות ההגדרה העצמית לעם היהודי בארץ ישראל.

כיום, רוב מדינות העולם, כמעט 200 מדינות, שייכות לארגון. חיילים מרבות מהן נשלחים בכוחות או"ם למדינות במלחמה, כדי לשמור על השלום בין הצדדים. אבל הארגון, שיושב בניו-יורק שבארצות הברית, לא תמיד מצליח לשמור על מטרתו המקורית. ביקורת רבה מושמעת על העובדה שלעיתים קרובות מדי הוא משמש כלי למדינות חזקות ובעלות קשרים עם מדינות רבות אחרות, שנועד כדי להשיג מטרות שאינן קשורות בשלום ולעיתים אף מרחיקות אותו.



בנין האומות המאוחדות ודגלי המדינות
החברות בחזית הבנין



דגל האומות המאוחדות



חברים כותבים שירה



יומי

שיר מאת חברנו נ"ל שוקי עזרא

ממראות יומי לשבע,
עצי ארזים לגמע,
עולה מעלה לנבע,
עד כאן אדע לפרח.

לחוש שמש אור בעינים עצומות,
אזי אדע את צפונות לבה,
בבריתות דמי הליל,
מכאן אצהל בחלומי- לחמדתי.

עורג בתפלה ליופי הנחמדת,
ולשוני לא תדבק לחכי,
לבד אהלך ללא דפי,
אשתובב ואהלל בעינים מלאות.

אחר כך אשוב למעדי,
שבבתי וראיתי רבות.

השיר יופיע בספר השירים "מחול הצבעים" של שוקי עזרא, שיצא לאור בנובמבר השנה"



חברים כותבים



חלף ביעף

סיפור מאת חברתנו אילנה הריס

הוא מצא עצמו יוצא מהבית

זהו כבר הסיבוב השני שלו לאחר הליכת הבוקר עם שעון הצעדים (למה השעון שנחשב כה חכם אינו רושם כמה פעמים הניף אתמול את הנכד ?)

כהרגלו אהב את הבוקר, לאחר שווידא שהעיתון הגיע, הכין לעצמו

ארוחה קלה וקפה. מילה אחת היא שקובעת את טעמו של הקפה. 'מינון' היא מילת המפתח, האם יש מישהו שיודע, שבאמת ממש יודע, את הכמות המדויקת של הקפה, הסוכר והחלב שמסבים לו הנאה מלאה? (הרהר ונזכר שבני המשפחה האחרים ביקשו שימעיט בשקשוק הסכו"ם).

פנה בדרכו למרכז הקניות הסמוך. מסכה לפניו, בימים אלה של תקנות שמתעדכנות חדשות לבקרים.

ומה אמרו אתמול? בחוץ עם מסכה או שאפשר כבר לוותר עליה?

הצמחייה סביבו דלילה ומצהיבה, צמאה למעט טל, שגם הוא נדיר במחוזותינו בתקופה זו.

הרחוב ריק ברובו ורק במרחק רב מולו הוא שם לב לרוכב אופניים, כובע לראשו, אזניות מחוברות לאזניו.

הרוכב הלך והתקרב ופנה אליו: היי. מה שלומך ?? שורד ??

לקח לו שניה לזהות, היה זה בנו הצעיר של משפחת השכן לשעבר,
שעברה לפני שנים לשכונה אחרת.

לבו צהל, על אף השנים הרבות שלא פגש בצעיר, לא ראה אותו גדל
צומח ומתבגר, היה זה דווקא הצעיר שזיהה אותו, למרות השנים,
למרות המסכה, למרות צעדיו שכבר אינם כה מהירים
ומה בעצם אמר הצעיר: רק מילה אחת 'שורד'?. כוחה של מילה.

הצעיר לא ממש המתין לקבלת תשובה, אך לבו שלו גאה וצהל.
מפגש אנושי הכי טבעי שבעולם, לא אפליקציה, לא פקידה במוקד
כלשהו. ברגל קלה המשיך עתה למרכז הקניות.



פינת ההשראה



פינתה של חברתנו נילי טלרמן

הקשר בין גוף ונפש - מחלה כבית ספר לאבולוציה

כאשר חליתי בטרשת נפוצה היה לי ברור שלא אמצא במקום קורבני ששואל למה זה קרה לי ואתן לי תשובות קורבניות שיחלישו עוד יותר את גופי הפיזי. היה לי ברור שאבחן את הדברים לעומק כדי להיתרם. רובנו מעדיפים להאמין שהסיבה למחלה מקורה בסביבה חיצונית לנו ואינה קשורה למחשבותינו, רגשותינו ודרך התנהלותנו. היה מי שאמר שחשוב יותר לדעת איזה מן אדם נושא את המחלה מאשר איזו מחלה יש לו לאדם. בריאות איננה מצב סטטי אלא תהליך מתמשך של התאמה לדרישות החיים. אז יצאתי לבדוק מה זו מחלה אוטואימונית ואת מה היא באה לשרת? הבנתי שזו מחלה בה מערכת החיסונית של הגוף תוקפת את הטוב והבריא שבגופנו כי היא מזהה אותו כפולש זר, אויב שיש להשמידו. למדתי שמערכת החיסון (חוסן) נקראת גם המערכת של "העצמי" המכלול של כל מה שאנחנו. זו מערכת מאורגנת ויציבה של תפיסות הפרט, קשורה לגופנו, התנסויותינו וחוויותינו המתקיימת רק דרך גופנו כישות עצמית. המערכת החיסונית מחוננת ביכולתה המרשימה להבדיל בין העצמי לבין שאינו כזה והיא פועלת כנגד מי שמנסה לתקוף את העצמי. היא מנסה לשמר את איזון הגוף על מנת שיהיה במלוא חוסנו, חיוניותו וההנעה שלו. וואו...איזו בעיטה בצלעות חטפתי ממידע זה...אלוהים אדירים, חשבתי לעצמי, זו מערכת שבאה לאזן ולשמור על איזון והיא זו שמפירה אותו? וזה עוד משהוא שאני שותפה לו? עולם שלם של מאגר שאלות כלפי עצמי נפתח לו: מאיזה איזון יצאתי בחיי? (בין חיצוני לפנימי?) האם אבדה לי הדרך? האם הגבולות של מי אני היטשטש לי? האם וויתרתי על עצמי ואינני מוקירה עוד את עצמי? מה ההבדל בין זהותי לבין מהותי? היכן אני בין צורך לבין רצון? האם אני עיוורת ותוקפת את חוזקותי כאילו היו אויבי? האם אינני בשלום עם הפנימיות וההרמוניה שלי? היכן אני מזייפת בחיי? למי ולמה אני מעניקה כוח והאם זה משרת אותי? האם אני עושה מה שנכון לי או נמצאת בריצוי כלשהו?...ועוד אלפי שאלות התרוצצו במוחי.

היה לי ברור שאם מערכת החוסן שלי תוקפת את העצמי שלי היא מנסה ללמד אותי דבר מה שלא תמיד שמת לי לב אליו. התחלתי להשיב על השאלות, אחת, אחת ובכנות הגדולה ביותר על מנת לסייע לגופי. היה זה פלירטוט עם הלא נודע אך התעקשתי. היה זה מסע מרתק של התבוננות פנימית. היה זה מסע לניצול הזדמנות להשתנות, להתחדש, ליצור תנועה חדשה, שונה. זה היה מלווה בלהסתכל בלבן של העיניים באמונות, עמדות, פרדיגמות בהן האמנתי ושלא תמיד תרמו או שרתו אותי לטוב. הבנתי שמדובר בפער בין מקומי בפועל לבין המקום המתאים והנכון לי. בחנתי את אירועי העבר שלי שהובילו אותי לנקודת החיים בה נמצאתי. הבנתי שתהליך הריפוי הוא תהליך של גילוי עצמי דינמי ומתמשך של צרכי הזנה האישיים שלי המאפשרים את גדילתי וצמיחתי. בחנתי עד כמה אני בעלת אומץ ומאפשרת לעצמי נלהיות מחויבת לדרכי הייחודית בתוך כל הסובב אותי. היכן אני מדייקת את עצמי, נמצאת במרכז של עצמי והיכן לא. הבנתי שכל מחלה או כאב באים לומר לנו להתבונן בנקודות מבט נוספות ולשחרר שליטה ואחיזה. הבנתי שכאבים פיזיים נוגעים בחוויות רגשיות שאיננו מקבלים אותן. היה לי ברור שגישתי כלפי המחלה היא זו שתבריא אותי תודעתית ופיזית. לא תמיד אהבתי את התשובות שקיבלתי אך הייתי מחויבת לעצמי ולצמיחת חוסני כדי שמערכת החיסון תלך איתי ולא נגדי. היתה התמסרות למצב שנכח בחיי ולא מאבק איתו. המצאתי עצמי מחדש! בריאה תודעתית הרבה יותר. מאוזנת הרבה יותר. בחרתי בחיים! ואז הכנסתי חיות לפעולותיי ולגופי. מחלתי לעצמי וממחלה עברתי למחול תודעתי שלם הרבה יותר!!!! אף פעם לא מאוחר לבחון את התנהלותנו בחיים. אפשר ללמוד זאת בהתנדבות ואפילו לא להגיע למחלה!!!!

תודה!!!!!! 🌷🌷🌷



סיפור של סופר אורח

(אנונימי)

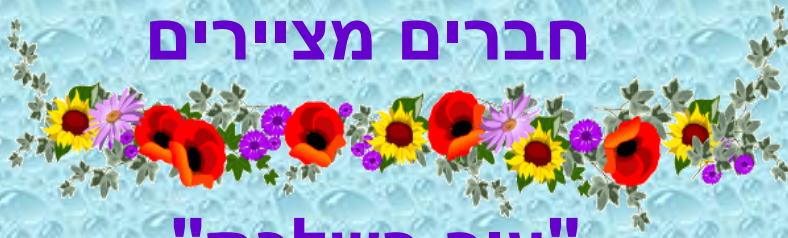


איזהו עשיר

יום אחד, אביה של משפחה עשירה מאוד, לקח את בנו לטיול באזור הכפר במטרה להראות לו עד כמה אנשים יכולים להיות עניים. הם שהו מספר ימים ולילות בחווה אצל משפחה ענייה מאוד. בחוזרם מהטיול שאל האב את בנו: "איך היה הטיול? נהנית?" "היה גדול, אבא." "האם ראית עד כמה עניים יכולים אנשים להיות?" שאל האב. "כן." ענה הבן. "אז מה למדת מהטיול, בן?" שאל האב. "ראיתי שלנו יש כלב אחד ולהם יש ארבעה", ענה לו בנו. "לנו יש בריכה שמגיעה עד אמצע החצר ולהם יש אפיק נחל שאין לו סוף. לנו יש גופי תאורה מיובאים בגינה, להם יש את הכוכבים המנצנצים כיהלומים בשמי הלילה. מרפסת הפטיו שלנו מגיעה עד לחצר השכנים, להם יש את כל האופק. לנו יש פיסת נדל"ן לחיות עליה, להם יש שטחים עצומים שמגיעים מעבר למה שניתן לראות. לנו יש משרתים שישרתו אותנו, והם משרתים אחרים. אנחנו קונים את האוכל שלנו, והם מגדלים את שלהם. לנו יש חומות מסביב לרכושנו כדי שיגנו עלינו, ולהם יש חברים שמגנים עליהם." דברי הבן הותירו את האב המום, והבן הוסיף: "תודה אבא, שהראית לי כמה עניים אנחנו. לימדת אותי שהכל יחסי, מה שאחד רואה כחסר ערך, השני רואה כאוצר... זמן רב מדי התעסקתי עם מה שאין לי במקום עם מה שיש לי להציע. תודה אבא!" בחיבוק חם הוא עזב את אביו ההמום, ונכנס אל הבית.



חברים מציירים



"עיר בשלכת"

ציירה חיה קנטרוביץ



K. Chaia

הצליט נוסריט, יורדיט אלינו כאו זסט, מתנפניט הנפולתט,
כאמריט שלום. בהאיצט אל הקרקע הט מכסיט לה את לה, עד כי
נוצר מרהד שכולו אונניט רכיט.

חיה קנטרוהיץ

עלי שלכת

מילים: ז'אק פרוור



זהו השיר שעוד זוכרת
שרתי אתך ושרת אתי
זהו השיר שעוד זוכרת
אהבתך אהבתי

אהבת חיי ששוקעת
בעדינות ובחשאי
במהרה יסחפו הימה
עקבות אהבה נושנה

זהו השיר שעוד זוכרת...
אהבת חיי...



לא ידעתי האם את זוכרת
את לילותינו שלי ושלך
איך הימים אז יפו שבעתים
והחמה איך האירה כל כך

פה נגרפים כבר עלי השלכת
את רואה לא שכחתי דבר
פה נגרפים כבר עלי השלכת
עם המכאוב וזיכרון העבר

רוח צפון תשאנה
אל שכחה עמקה
את רואה לא שכחתי דבר
זה השיר שלנו מכבר





אמנות על קצה המזלג



יאן סטין, 1626-1679, הולנד
חגיגת הלידה



שנת יצירה: 1664

מוזיאון: סטאטליך –
ברלין

יאן סטין היה צייר הולנדי. הוא מוכר בזכות סצנות הז'אנר ההומוריסטיות שלו, חום לבו ותמונות שופעות חיים, שבהן הוא מציג את החיים כקומדיה סטירית גדולה. בהולנד הוא מדורג מייד אחרי רמברנדט, ורמיר והאלס באהדה. "משק ביתו של יאן סטין" הפך כינוי מוסכם לבית בלתי מסודר. אבל ליאן סטין, אחד האמנים היותר פוריים, יש גם פנים אחרות. הוא צייר דיוקנאות, נושאים היסטוריים, מיתולוגיים, ונושאים דתיים (הוא היה קתולי). ציורי החיות, הציפורים, וטבע דומם בתמונותיו מתחרים עם כל מומחה בן זמנו. כצייר של ילדים לא היה למעלה ממנו.

בשנת 1672 הוא פתח מסבאה בליידן. אביו היה מבשל שיכר ועל פי ידענותם של בעלי דמיון, סטין עצמו היה שתיין הולל, אבל אין כל עובדות מוצקות לאשר את המוניטין הזה. הרבה מתמונותיו מתארות מסבאות ומפגשים חגיגיים, אבל בדרך כלל הן מאפיינות המזים מוסריים, והוא צייר גם סצנות של נימוסיות ללא רבב. מלבד הרב צדדיות שלו, עושר הדמויות הטיפוסיות, וההמצאה בקומפוזיציה, סטין היה מצוין גם במיומנותו כאמן בצבע. הוא הפיק גוונים מאד מיוחדים: אדום הסלמון, ורוד, צהוב חיוור, וכחול ירוק. יאן סטין לא הותיר תלמידים אחריו, אולם יצירותיו היו נושא לחיקוי בהיקף נרחב.



בתרבות ההולנדית של המאה ה-17, המחויבות העיקרית של האישה הייתה ללדת ולגדל את ילדיה. רוב ההורים היו מקבלים את הולדת הילד בשמחה וגאוה, מן הבחינה הרגשית, ובמיוחד עם הולדתו של בן, מן הסיבה הכלכלית. בן בדרך כלל היה תופס את מקומו של אביו בעסקים או במסחר, היה יורש את רכוש המשפחה ומנציח את שמה. הנישואים התועלתיים, מן ההיבט הכלכלי, יצרו את חשיבותם של נישואין מונוגמיים. בגידה וילדים בלתי חוקיים גרמו לבושה.

תמונה זו של סטין, על קבוצה של מתהוללים, מציגה בגוונים בהירים התרוממות רוחן של דמויות שעוסקות בשיחה, צחוק, ושתייה. רוב האורחים הן נשים: גברים, לרבות האב, נחשבים כבלתי שייכים לאירועים מן הסוג הזה, אבל מועילים בכספם למימון החגיגה. האב, הקשיש שבתמונה, מחזיק בצורה בלתי עדינה את התינוק, תוך שהוא מושיט ידו אל אמתחתו למשוך עוד כסף. יש לו סיבה די טובה לחוש לא בנוח, כי האיש הצעיר לועג לו בשתי אצבעות מאחורי ראשו, מסמן בכך, שהוא הבעל הנבגד, שאינו יודע שהילד איננו שלו. המצחיק הוא, שחגיגות ההולדת היו בעצם מפגש של זקנות בלות ובתולות, שהיו מרכלות על יחסי מין. מיילדות ואומנות היו נחשבות לעברייניות העיקריות בסוג זה של שיחות. מעמדן הלא ברור, שאפשר להן להסתובב בין בני הבית, יצר להן מיתוס של ספקיות ניבולי פה. במקומות אחרים, הפטפטנות הייתה דווקא נחלתם של גברים יותר מאשר נשים. אף על פי שתמונות פנים הבית של סטין היו תיאור של משפחות המעמד הבינוני בשנות ה-60 של המאה ה-17, חגיגת חדר הילדים נראית לא אופנתית לאותה תקופה ומוגזמת באפקט הקומי.

יצק ק.



"אוסף בולים – זה דבר חינוכי?"



חברנו נ"ל אייבי ברכה מספר על אוסף הבולים המיוחד שלו



רוטרי ביוון - בבולאות

לרגל נסיעת החברים ליוון – קצת היסטוריה בולאית רוטריונית.

מועדון רוטרי הראשון ביוון הוקם באתונה בשנת 1929 – אותה שנה שבה הוקם מועדון ירושלים.

היום ביוון 94 מועדונים עם 1949 רוטריונים.

ב 15/5/1956 הונפק בול לכבוד 50 שנה לרוטרי בינלאומי – מעל שנה באיחור. אין הסבר לאיחור של שנה ורבע בהנפקת הבול.



הבול הונפק בכמות של 10 מיליון. לא הופקה חותמת מיוחדת לרגל האירוע, אך גיליון מזכרת הופק לרגל האירוע.

מה שמעניין בבול שהים התיכון הוגדל כך שהוא ממלא חצי מהגלובוס בתמונה ויוון נמצאת מתחת לסמל הרוטרי – כאילו היא מרכז העולם.

ב 1975 הופק בול פרטי ע"י מועדון רוטרי סלוניקי עם הכיתוב "חופש לקפריסין"
זוהי התערבות פוליטית של מועדון רוטרי.



הערה: זהו אחד הפריטים שחסר לי באוסף שלי.

ב 21/9/1978 יוון הנפיקה סדרה של 6 בולים לציון אירועים לאומיים, אחד מהם מציין 50 למועדון רוטרי אתונה (גם כאן הם אינם מדייקים במועד). 5 מיליון בולים הודפסו בגיליונות של 50.





מתכון החודש

מהמטבח של חברנו איציק ארבל

חבושים ממולאים בבשר

למרות התחושה, שקשה לעבוד עם חבושים, מסתבר, שאפשר להכין מנה יפהפייה וטעימה מפרי זה ולהגישה ברוב פאר לאורחים ובני הבית.

ל- 12 מנות



חומרים:

6 חבושים גדולים ויפים
מיץ מ- 2 לימונים

למילוי:

1 ק"ג בשר כבש מעט שמן או מחצית כבש ומחצית עגל
טחון

1 בצל גדול קצוץ

4 שיני שום קצוצות

1 כוס פטרוזיליה קצוצה (או כוסברה, או שילוב שלהם –
לפי הטעם האישי)

מלח, פלפל שחור גרוס

2 ביצים גדולות (או 3 קטנות)

150 ג' צנוברים קלויים

לציפוי:

1 ביצה טרופה פירורי לחם

שמן לטיגון (עדיף שמן זית)



לרוטב:

1/4 כוס שמן זית

1 בצל קצוץ

4 כפות סוכר

2 מקלות קינמון

מיץ משני לימונים

3 כפות רוטב סויה

2 כפות חומץ בלסמי

1 כוס גרגרי רימון (לא הכרחי)

1/2 כוסות מרק עוף (או מי הבישול של החבושים)

מלח, פלפל

ההכנה

1. שוטפים את החבושים, חוצים אותם לאורכם ומבשלים במים ומיץ הלימון כ- 10-15 דקות, עש שיתרכבו מעט. מסננים (ושומרים את מי הבישול) ומצננים.
2. "חופרים" בתוך כל חצי חבוש, מוציאים את הליבה וממשיכים להוציא מהחבוש, כך שתיווצר גומה עמוקה למדי (יש לשים לב לשמור על הדפנות שלא יהיו דקים מדי ולא יקרסו).
3. מערבבים היטב את כל חומרי המילוי וממלאים את החבושים, כך שתיווצר גבעה על כל מחצית החבוש.
4. טובלים כל מחצית חבוש ממולא בביצה הטרופה – רק את צד הבשר – ואח"כ בפירורי הלחם.
5. מחממים במחבת שמן בעומק של כ- 1 ס"מ ומטגנים בו את החבושים עם צד המילוי כלפי מטה, עד שישחימו מעט. מעבירים לצלחת כשהמילוי המטוגן כלפי מעלה.
6. להכנת הרוטב: מחממים את השמן ומוסיפים את הבצל ואח"כ את הסוכר ומבשלים מספר דקות ואח"כ מוסיפים את יתר החומרים.
7. יוצקים את הרוטב לתבנית אפיה ומכנסים לתוכה את החבושים, כשהבשר כלפי מעלה. אופים בתנור ב-180 מעלות כ- 45 ד' עד שעה, עד שהחבושים יתרכבו.
8. מגישים.

לשדרוג:

כדי לשדרג את המנה, הכנתי מנות אישיות –

1. הכנתי קלתיות מבצק פריך, בתוך תבניות עגולות קטנות (10-12 ס"מ), אפיתי עד הקשייה.
2. הכנתי מחית בטטות בחמאה (למי שלא שומר כשרות) ופרוסות פסטרמה איטלקית.
3. מרחתי בכל קלתית מעט קרם בטטות וריפדתי בפסטרמה והכנסתי את החבוש והרטבתי במעט רוטב הבישול. במקרה זה, אפיתי קודם את החבושים רק 30 דקות לפני ההכנסה לקלתית ועוד כ-15 דקות בתוך הקלתית בתבניות.
4. להגשה, מוציאים הקלתיות עם החבושים מתוך התבניות ומגישים על מצע של קרם בטטות מקושט בגרעיני רימונים.



"ההואמר מהווה את צורתה הפריאה ביותר של השניות."
ל'אק פרא

לשון ברוטב מאת מחייך השפה העברית יעקב פרוינד



קראתי:
"האם טבעונות פוגעת בפוריות הגבר" ?
במילים אחרות, מה ההשפעה על... טיב-אונות !?



בסיוור תל-אביבי נשאלה השאלה:
"היכן בית הקפה...בו-המה ישבו"



הליכה – לבריאות... לב-ריאות



במכשיר זה
"הפק"..." קפה" הפוך!



מרכלים עליה
ש... על פיה יישק דוור



התקשרתי פעם לעירייה להתלונן על
הזבובים,
ענו לי: "יחזרו אליך",
ובאמת...הזבובים חזרו



גשם ראשון
מילים: יהודה גזבר פניגשטיין

גשם ראשון הוא כמו אהבה ראשונה,
קשהרוח נושבת בבדים כמו הלב המאיים להיפקע,
וכל השלוליות ריקודים וכל הזקנים ילדים,
ובכל ההפסקות והשתיקות
טמונה הבטחה.

