



Rotary
ישראל 2490



זמן רוטרי

ירחון מועדון רוטרי כפר סבא

מאי 2025



עריכה: חיה קנטרוביץ

לזכרו של שותפי לעריכת הירחון
אישי היקר יעקב ז"ל

דבר העורכת



חברות וחברים יקרים!

חודש מאי חלף ביעף, כמו נשימה אחת ארוכה. עוד חודש של עשייה, מחויבות ותחושת שליחות במועדון שלנו וכבר ניכרת באוויר תחושת המעבר לקראת סיומה של שנה רוטרינית ואנו מביטים קדימה אל פתיחתה של שנה רוטרינית חדשה עם הנהגה שמתחלפת.

החודש זכינו לרגע מיוחד ומרגש, ראש העיר, מר רפי סער, קיבל תעודת הוקרה מנגיד רוטרי ישראל, על תרומתה יוצאת הדופן של עירנו כפר סבא למען חיילי צה"ל במלחמת חרבות ברזל.

זה היה מעמד של כבוד ושל הערכה עמוקה הן לעיר כולה והן לנו כמועדון רוטרי. את התעודה העניקו נשיא המועדון, חברנו אריה שטריימר וחברנו נ"ל עולי רשטיק – שניים ממובילי הדרך המוסיפים כבוד לנו.

שיאו של החודש היה ללא ספק הטיול לרומניה – חוויה שכולה תוכננה באהבה ובירידה לפרטים על ידי חברתנו היקרה, תמי ארד.

חברנו איציק ארבל בחר לנסח מכתב תודה לחברתנו תמי, בשמו ובשם כל משתתפי הטיול והודה לתמי במילים חמות על כל הפעילות שלה מתחילת שנת הרוטרי.

בטיול נוצרו קשרים חמים עם 2 מועדוני רוטרי ברומניה. הוחלפו דגלים בין נשיאנו ו-2 נשיאות מועדונים האחת ממועדון פיטשטי והשנייה ממועדון סיביו. כמו כן ברית עם ראש כפר צוענים ברומניה. נרקמו שיתופי פעולה והלב התמלא גאווה וכבוד רב לנשיאנו היקר.

בתום החודש חגגנו את חג השבועות שאמור להיות חג של אור של מתן תורה והתחדשות, אך לצערנו ליוותה את החג תחושה של ציפייה כואבת שהרי חטופנו עדיין נמקים במנהרות עזה ולבנו מצפה בכיליון עיניים לבשורה טובה.

אנו ממשיכים לקוות להאמין ולייחל לשובם במהרה של כל חטופנו,

כי התקווה היא הדלק שמניע את כולנו קדימה.

חיה קנטרוביץ





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

מזל טוב לחולאי ימי
ההולדת החודש



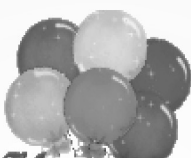
צילה
רשטיק
14.5.52



פנינה גונן
6.5.46



זאב
וינשטיין
18.5.49



Happy
Birthday



טובה
שטרית
17.5.56



אריה
שטריימר
23.5.53



עדנה דרעי
20.5.49



ציפי קויטני
19.5.47



טלרמן
אילן
29.5.56



פסוק השבוע

בהגשתה של חברתנו גליה

Rotary
ישראל D-2490

פסוק השבוע
י"ג באייר תשפ"ה 11/05/2025

חברים יקרים,

היום לפני 65 שנה,
בדיוק בדיוק באותו מומנט,
נלכד זה המכונה ריקרדו קלמנט.
וכדי שלא תתהו מיהו הקלינט,
ש"המוסד" הפך אז לפצ'ינט,
הרי זה לא סתם אינה חברה'מו,
אלא רוצח מאד מאד מיומן,
שתכנו הרג יהודים ביד אמן.
הכונה כמובן לאדולף אייכמן,
שבארץ -
נשפט, הומת ואפרו בים נטמן!

תמונה: ריקרדו קלמנט

Rotary
ישראל D-2490

פסוק השבוע
ו' אייר תשפ"ה 04/05/2025

חברים יקרים,

היום בעולם הוא "יום הכבאים",
ולנו הפעם, זה מאד מתאים.
נציין את אלו ה"משוגעים",
שמן הלהבות הם לא נרתעים,
לוחמים בעוז ואינם גלאים
לסכס עצמם אך להציל חיים.
מחלצים מתוך בנינים רעועים
ושריפות ענק באומץ מקריעים.
לא לו, שאל הכלים נחבאים -
אנחנו כאן היום מצדיעים!

תמונה: כבאית

Rotary
ישראל D-2490

פסוק השבוע
כ' באייר תשפ"ה 18/05/2025

חברים יקרים,

לפני שישים שנה, בדיוק היום,
עלה "האיש שלנו בדמשק" לגרדום.
כאשר התליין השמיט את הקדום
ולבו של אלי פהן פסק לפעום,
כל "המוסד" הרגיש ממש יתום,
ועבור נדיה, נפתח הגיהנום...
כל חבריו נשבעו מייד לנקום,
אך למרות תוכניות שניסו לרקום,
את גופתו,
שרם התזירו הלום!...

תמונה: איש בדמשק



אפיק המועדון



יו"ר האפיק חברתנו תמי ארד



פעילות אפיק המועדון החודש

❖ 4.5.25 – הרצאה: "רוטריונים מדברים ומיישמים אתיקה"
הרצה לנו : יו"ר פורום האתיקה ברוטרי ישראל
נ"ל – פול ויטל

❖ 11.5.25 – הרצאה: " מזון מתורבת"
הרצה לנו: אבירם עמית

❖ 18.5.25 – הרצאה: " : השוואת סיפורי התנ"ך לטרגדיות יווניות."
הרצה לנו: חברנו ניני אניאלי

❖ 25.5.25 – טיול לרומניה



הרצאה: "רוטריונים מדברים ומיישמים אתיקה"



מרצה: יו"ר פורום האתיקה ברוטרי ישראל נ"ל פול ויטל

בהרצאתו המעניינת דיבר פול על האתיקה כמצפן התנהגותי ברוטרי.. ובכלל בחיינו.

הגדרות האתיקה ויישומם.

החזון ומטרות האתיקה ברוטרי ישראל.

על אמנת כללי האתיקה במועדונים.

סיכום הרצאה: תמי ארד



הרצאה: "מזון מתורבת"



מרצה: אבירם עמית

אבירם, מהנדס כימיה וביוטכנולוגיה, סמנכ"ל פיתוח עסקי בחברת ביוטק בשם אקסלתא, ופועל בתעשיית הביוטק כבר מעל 12 שנה.

בשנים האחרונות עוסק גם בתעשיית הפוד-טק. ומתגורר במושב צופית. אבירם סיפר לנו על הבשר המתורבת.

בשר מתורבת הוא מזון מסוג חדש המבוסס על תאים שגדלו בתרבית (במעבדה) במקום בגופם של בעלי החיים (שחיטה). ניתן לגדל מוצרי בשר מתורבת מתאים שמקורם בבקר, עוף, דגים, או כל בעל חיים אחר. בשר מתורבת שונה מתחליף בשר.

טכנולוגית הבשר המתורבת, שמאפשרת ייצור בשר מכל בעל חיים ללא גידול חיות. מדובר בפתרון שעשוי להתגבר על כמה מהאתגרים המשמעותיים ביותר של העולם. הקושי ההולך וגדל לספק מזון לאוכלוסיית העולם, משבר האקלים ופליטה הולכת ומואצת של גזי חממה והידלדלות של מקורות המים, ושטחי גידול בעולם.

הטכנולוגיה החדשנית והמורכבת מאפשרת לייצור הבשר המתורבת, צומחת במהירות. כיום ישנן חברות (ישראליות) שמוכרות את המוצרים הן בארץ והן בחו"ל.

הרצאה מעניינת.



הרצאה: "השוואת סיפורי התנ"ך לסרגדיות היווניות"



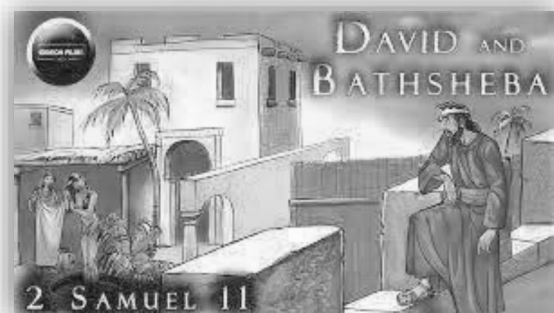
הרצה לנו חברנו היקר ניני אניאלי



חברנו ניני כיבד אותנו בהרצאתו על ספור מעשיו והרפתקאותיו
החמדניות של דוד המלך עם בת שבע ועל שושלת מלכותו ובניו.

ההרצאה הייתה מרתקת ולוותה בקטעי קריאת פסוקים מספר
שמואל ב' על ידי נ"ל ד"ר חני ברקת גלנצר.

סיכמה את ההרצאה תמי ארד



חברים מתנדבים בקהילה



לאילן טל

חברנו היקר

יישר כוח

על הופעתו בהתנדבות באירוע של

"עמותת ידידי המרכז הרפואי מאיר"



הצחוק בריא לבריאות



מנפלאות הצחוק

מתוך מה שלמדתי בקורס
מיינדפולנס בו ניתנה אפשרות
להשתתף בסדנת יוגה צחוק
חיה



זהירות, הצחוק עלול להזיק למחלתך!

אומנם הדבר הראשון שאנחנו עושים כשאנחנו מגיחים לעולם הזה הוא לבכות, אך מהר מאוד (בגיל שלושה שבועות!) אנחנו כבר מחייכים. כלומר, הקשר החברתי הראשון והמשמעותי ביותר שילווה אותנו לאורך כל חיינו, מתחיל עוד לפני שמלאו לנו חודש ימים. כעבור זמן קצר, בגיל שלושה-ארבעה חודשים, אנחנו כבר צוחקים בקול רם.

אם אתם קוראים את השורות האלה, סימן שצחקתם כשהייתם תינוקות! היעדר חיוך או צחוק אצל פעוטות מבשרים על הפרעה קשה בהתפתחות, לעתים על פיגור או אוטיזם.

בגיל חמש (עוד לא הגענו לבית הספר) צחקנו בממוצע 300 עד 500 פעמים ביום. רק אחר-כך לימדו אותך שלצחוק זה לא יפה, לא רצוי ורק מפריע ("אולי תשתף את כל הכיתה במה שמצחיק אותך כל-כך?!") ומהר מאוד נכנענו ללחצי החברה. מאז רק מדכאים לנו את הצחוק. וכך יורד הממוצע היומי אצל המבוגר לכדי 15 (!) צחוקים מסכנים ביום. יש לי חבר שחושב שאצלו זה הממוצע השנתי.

אז מה קורה לנו במהלך החיים שאנחנו מפסיקים לצחוק, והאם זה בריא? אחת הסיבות שאנו צוחקים פחות ופחות בבגרותנו, היא שהתרבות המערבית מייחסת לצחוק ערך נמוך. אנשים המרבים לחייך או לצחוק נחשבים קלי דעת, לא מקצועיים וטיפשים. לא פחות. ובכל זאת כולנו נהנים מאוד לצחוק, אם כי רובנו משתדלים לשמור אותו לעתות הפנאי והבילוי.

מה עושה לנו הצחוק? לדברי ד"ר וויליאם פריי, פסיכיאטר וחוקר צחוק מאוניברסיטת סטנפורד שבקליפורניה, ארה"ב, במהלך הצחוק מתרחשים שינויים פיזיולוגיים רבים בגופנו. הצחוק פועל על מערכת הלב וכלי הדם, על מערכת החיסון, המערכת ההורמונלית, על השרירים והשלד ולבסוף על מערכת העצבים המרכזית – וכולן נהנות מאוד ממנו!

גם מערכת הנשימה יוצאת נשכרת. רובנו סובלים מרמה זו או אחרת של סטרס ולכן אנו נוטים לנשום בשטחיות, מהצוואר ומעלה. אף שלריאות שלנו יש נפח של חמישה עד שישה ליטרים, אנחנו מכניסים בקושי חצי ליטר בכל שאיפה. חלק מהאוויר הנשאף נשאר כלוא במקומות פחות מאווררים, שם שחלוף הגזים איטי. לאוויר הכלוא הזה קוראים "אוויר שארי", הוא רווי בדו-תחמוצת הפחמן ויכול להוות קרקע פורייה להתרבות חיידקים. כשאנחנו צוחקים, אנחנו נושפים בחוזקה את הכיח, ונושמים אוויר נקי ומחומצן היטב החודר לרקמות גופנו. אז לא לשכוח לנשום! מחקרים שערך ד"ר פריי מלמדים כי לצחוק יתרונות פיזיולוגיים רבים וברורים:

בזמן הצחוק פוחתת רמת הורמוני הסטרס. חומרים אלה, כמו קורטיזול ואפינפרין מזיקים מאוד לבריאות כיוון שהם מעלים את לחץ הדם, את הדופק ואת רמות הסוכר ומאיצים תהליכים טרשתיים.

30 דקות של צחוק יכולים להוריד את רמות הורמוני הדחק, לשפר את תפקוד המערכת החיסונית, לשפר את מצב הרוח ולהביא לשינויים עמוקים ומתמשכים בבריאות הכללית.

הצחוק גם גורם לשחרור חומרים דמויי מורפיום בגופנו הקרואים אנדורפינים. האנדורפינים מפחיתים מתחושות כאב וגורמים למצב רוח טוב. הדבר נכון לגבי כאב פיזי ונפשי כאחד. כשצוחקים, סף הכאב עולה ונשאר כך גם זמן קצר אחרי הצחוק.

מלבד כל אלה, הצחוק מביא להפרשה מוגברת של חלבון מסוג אימונוגלובולין A האחראי להגנה מפני זיהומים. אם אתם מבקרים חולה שפעת, תדאגו לצחוק הרבה. ותדאגו גם שהחולה לא יצחק.

ובשורה חשובה לבטלנים: מחקר אחד נמצא ש-100 צחוקים בני שתיים עד שלוש שניות כל אחד שקולים כנגד 10 דקות על אופני כושר! אומנם השיפור הוא בכושר הלבבי, ועוד לא הוכח שזה שורף קלוריות, אך זהו בהחלט פתרון עבור אנשים מוגבלים פיזית.

לא קל לצחוק באופן מלאכותי. יש בקדמת המוח, באונה המצחית, מבקר פנימי חסר חוש הומור הנרתע מלהשתטות. כדי להתגבר עליו, כדאי לחבור לאנשים צוחקים ובהיות הצחוק מדבק, אפשר לתרגל אותו כך סתם ללא סיבה. אנשים צוחקים פי שישים בחברה מאשר לבד.

דר' מדאנה קאטאריה, רופא משפחה מהודו, הגה את רעיון היוגה-צחוק והקים מועדונים שבהם לומדים לצחוק באמצעות תרגילים פשוטים. המועדונים התפשטו ברחבי העולם וכך ניתנה אפשרות לכל אחד לצחוק וליהנות מיתרונותיו המופלאים.

למי שרוצה להתנסות בחוויה נפלאה של צחוק משחרר, מומלץ להשתתף בסדנת יוגה צחוק.

נסו, אתם יכולים רק להרוויח בריאות תוך כדי הנאה צרופה.



חברים כותבים



האגו מול חמלה

כתבה חברתנו נילי טלרמן

כל מה שאנחנו פוגשים בו הוא חלק מן הדרך אל ההתעוררות אל עצם מהותנו.

לאחרונה יוצא לי להרהר הרבה בנושא האגו מול חמלה.

אני מוצאת עצמי מתבוננת על התנהגות בני האדם שסביבי, מנסה להבין מה מניע אותם, מה פוגע בהם, מה מטרת התנהגותם ועל אילו צרכים התנהגות זו מנסה לענות.

התבוננות זו אינה שיפוטית. היא באמת התבוננות משתאה עלינו כבני אדם בעלי רצונות, תקוות, מעשים... התבוננות שמנסה להתחבר אל הרגש שנמצא מתחת לסיפור שלנו.

אנו נוהגים להשתמש בביטוי: "הוא מתנהג/ מגיב מתוך אגו", אבל אני לא בטוחה שאנו ממש מבינים את משמעותו של מושג זה באמת ומאין הוא נובע.

כל דבר מהווה הזדמנות לתרגול ולמידה ולמעשה ולא צריכות להיות בו כל הפרעות, שכן כל אירוע הוא רק אירוע, אז מניין כל הסבל הזה? הפגיעה באחר? הרצון להיות צודק? חשוב? ...?

ככל שאני מתבוננת בדברים לעומק, ממש כמו ארכיאולוג נחוש, כך אני מבינה שעיקר הסבל שלנו כבני אדם הוא האחיזה בעצמנו כי זו הדרך להרגיש בבית בעולם.

לא אומר שהאגו הוא חטא. אגו אינו חטא. אגו אינו משהו שצריך להיפטר ממנו. אגו הוא משהו שמתחילים להכיר, משהו שמתידדים אתו על ידי כך שאיננו מחצינים או מדכאים את הרגשות שאנו מרגישים ומוכנים להסתכל, מתוך מודעות בהירה, בלבן של העיניים שלנו ולנסות לזהות

מה עומד בבסיסה של התנהלותנו בעולם.אט אט אנו נוכל להבין שהכאב הוא תוצאה של דבקות באגו, של הרצון שדברים יסתדרו כפי שאנו רוצים, של הרצון " לנצח בדרכי שלי".

אגו הוא כמו חדר משלכם, חדר עם מבט לנוף, עם החום והריחות והמוזיקה שאתם אוהבים. אתם רוצים שהדברים יתאימו את עצמם אליכם. אתם רוצים קצת שלוה, קצת אושר ושיעזבו אתכם. אבל ככל שנחשוב כך יותר, ככל שנשתדל שהחיים יתקיימו לפי התנאים שלנו, כך הפחד שלנו מאנשים אחרים וממה שקורה מחוץ לחדר ילך ויתעצם.

במקום להירגע, אנו מגיפים את התריסים ונועלים את הדלתות. (במיוחד את דלתות הלב). כשאנחנו יוצאים החוצה, אנחנו מגלים שהחוויה הופכת מבלבלת ומערערת יותר. אנחנו הופכים לרגישים יותר, מפוחדים יותר, עצבניים יותר מאי פעם. ככל שננסה לגרום לדברים להתאים את עצמם אלינו , כך נרגיש פחות בבית. ואז: חצובות הלשון משתחררות, אתם מנסים להגן על עצמכם וכך פוגעים יותר ויותר באחר. מה שחשוב לכם זה להיות צודקים, להילחם, להכניע את האחר. נדמה לכם שיש רק דרך אחת והיא הדרך שלכם. אתם עיוורים מלראות את האחר, להרגיש אותו או לחמול עליו. אתם נאחזים בצדקנות, בכאב, בעבר, בכבוד שלכם, רואים בפגיעות חולשה, פוחדים להיפתח לאחר שמא יפגע בכם ולא יראה אתכם. אתם מייצרים עוינות, תחושת נפרדות , בוחנים מה יצא לכם מזה ...הולכים ומתרחקים מלב מהותכם.

כדי לא להימצא במקום זה , שאינו מועיל לאף אחד, עליכם לפתוח דלת לכל מה שפחות נעים לכם אתו, להתיידד אתו, לחוש ולהרגיש אותו בדיוק כפי שהוא עולה בכם גם אם זו קינאה, כעס, בדידות...כל דבר שעולה. קבלו את הרגשות הרעועים, הרכים, המפוחדים שבכם ואז תתחיל הבהירות לפוגג את מסך האגו שבכם. אז תיפתחו לראות את האחר, רצונותיו, מגבלותיו, חוזקותיו...אתם תתחילו להיות כנים יותר עם עצמכם ותתחילו להבין גם את האחר ואז... אז תתחיל החמלה. חמלה כלפי עצמכם, חמלה כלפי האחר, הסביבה , העולם. במקום להרגע, אנו מגיפים את התריסים ונועלים את הדלתות. (במיוחד את דלתות הלב).כשאנחנו יוצאים החוצה, אנחנו מגלים שהחוויה הופכת מבלבלת ומערערת יותר. אנחנו הופכים לרגישים יותר, מפוחדים יותר, עצבניים יותר מאי פעם. ככל שננסה לגרום לדברים להתאים את עצמם אלינו , כך נרגיש פחות בבית. ואז: חצובות

הלשון משתחררות, אתם מנסים להגן על עצמכם וכך פוגעים יותר ויותר באחר.

מה שחשוב לכם זה להיות צודקים, להילחם, להכניע את האחר. נדמה לכם שיש רק דרך אחת והיא הדרך שלכם. אתם עיוורים מלראות את האחר, להרגיש אותו או לחמול עליו. אתם נאחזים בצדקנות, בכאב, בעבר, בכבוד שלכם, רואים בפגיעות חולשה, פוחדים להיפתח לאחר שמא יפגע בכם ולא יראה אתכם.

אתם מייצרים עוינות, תחושת נפרדות, בוחנים מה יצא לכם מזה...הולכים כדי לא להימצא במקום, שאינו מועיל לאף אחד ומתרחקים מלב מהותכם, כדי לא להימצא במקום זה, שאינו מועיל לאף אחד, עליכם לפתוח דלת לכל מה שפחות נעים לכם אתו, להתיידד אתו, לחוש ולהרגיש אותו בדיוק כפי שהוא עולה בכם גם אם זו קינאה, כעס, בדידות...כל דבר שעולה.

קבלו את הרגשות הרעועים, הרכים, המפוחדים שבכם ואז תתחיל הבהירות לפוגג את מסך האגו שבכם. אז תיפתחו לראות את האחר, רצונותיו, מגבלותיו, חזקותיו...אתם תתחילו להיות כנים יותר עם עצמכם ותתחילו להבין גם את האחר ואז... אז תתחיל החמלה. חמלה כלפי עצמכם, חמלה כלפי האחר, הסביבה, העולם.

לפתע תוכלו להעמיד עצמכם במקום האחר, להבין את האחר ולא בגלל שאתם טובים יותר ממישהו אחר אלא בגלל ההבנה שבני אדם חולקים באותם הדברים.

ככל שתיטיבו להכיר את עצמכם, כך תיטיבו להבין את הזולת והחמלה תעטוף אתכם במקום כעס ושנאה. אז תוכלו להבין את מקומה של החמלה שהיא מאפשרת שחרור, מאפשרת להעז ולאהוב, את היכולת להרגיש את כאבו של הזולת מבלי להיבלע בו ולרצות להקל עליו. אז תוכלו להתנהל לא מהמקום של: "מי אשם? מי צודק?", אלא בשאלה: מה נדרש כעת כדי להירפא. להגיע אל לב האחר.

וכאשר תגיעו אל מקום החמלה, לא יהיה שם כל שיפוט
אלא הקשבה, לא הפרדה, אלא חיבור, לא כאב אלא
הקלה.

אדם עם אגו בריא יכול:

לעמוד על שלו בצורה לא תוקפנית.

לסלוח בלי לוותר על גבולות.

לאהוב אחרים בלי לאבד את עצמו.

להכיר בערך עצמו מבלי הצורך להקטין את האחר....וכן,
זה תהליך של עבודת עומק פנימית רצינית, אך היא שווה
את התקשורת שנוצרת עם האחר, תקשורת שאינה מגיבה
אלא מנוהלת.

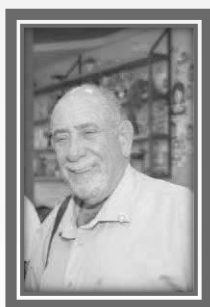
היא פתיחת דלת הלב לכל יצורי האנוש.

תאמינו לי, מניסיון !!!! זה שווה!!!!

היו מבורכים מעצם היותכם!



**חברנו נ"ל אייבי ברכה, האחראי על אתר
המועדון,
מבקש להביא לידיעת חברי המועדון:**



**משפחת לוזון תרמה לקרן המלגות
והנציחה את נ"ל פיני לוזון ז"ל**

להלן הפרסום באתר המועדון:

פנחס (פיני) לוזון (1934 – 2021)



פיני לוזון נולד בטריפולי שבלוב ב 27/4/1934 לשושנה ועמישדי ז"ל.

עלה לארץ בשנת 1944.

משפחת לוזון היא משפחה שורשית בכפר סבא

התחתן עם לילי לבית מזרחי ב 28/2/56.

פיני היה מסגר מומחה ואיש אחזקה. עבד במפעל עשות אשקלון משם נשלח לאפריקה ללמוד, כשחזר עבר לבית שמש שם עבד במנועי בית שמש כמנהל אחזקה ומטעמים נשלח לעבוד גם בצרפת במפעל טורבומוקה.

עבר לתל אביב ועבד בחברת ביטוח המגן עד פרישה כמנהל אחזקה. לימים לאחר פרישה תרם מידיעותיו כאיש אחזקה בויצו ת"א ובגיל 75 עבד כיועץ בחנות קל וחומר בכפר סבא. פיני היה איש נעים הליכות, בעל אורך רוח, מתנדב בנשמה, בעל לב חם ופתוח לכולם.

פעילות ברוטרי:

הצטרף לרוטרי אשקלון בשנת 1961 והיה חבר במועדון עד 1966.

ב 1966 הצטרף למועדון תל אביב מזרח שהתאחד עם מועדון תל אביב דרום והפך למועדון תל אביב מאוחד והיה נשיא

המועדון בשנת 1998/99, נשאר חבר המועדון עד 2005 עת נסגר המועדון.

לאורך שנים לאחר סגירת מועדון תל אביב מאוחד המשיך לנהל עמותה אשר חילקה מלגות בבית ספר שבח ובמכללת אפקה.

היה חבר במועדון רוטרי כפר סבא משנת 2005

כיהן כנשיא המועדון בשנת 2008/09

בשנת נשיאותו במועדון בוצעו פרויקטים רבים וביניהם:

חלוקת ילקוטים עם כל הציד הנדרש לתלמידים מהקהילה האתיופית בבי"ס עציון.

תרומת מחשב נייד לחדר המוסיקה בגלריה 29.

טיפול בחיילים עולים חדשים בודדים כולל אימוץ הבית שלהם במרכז הקליטה דאז ברח' משה דיין בכפר סבא, שקבלו מהמועדון גם שמיכות חורף חדשות.

בבי"ס כצנלסון הופעל פרויקט "מנהיגות צעירה", ובאורט הופעל פרויקט לאיכות הסביבה בשיתוף מרכז אורט ועירית כפר סבא.

פיני הפך לחבר כבוד ב 18.2.21.

פיני נפטר ב 22.3.21 והשאיר אחריו משפחה רחבה.

אשתו לילי.

בתו שושנה ז"ל שהייתה נשואה ליוסף ז"ל. ילדיהם: חי נשוי לעדי וילדיהם אגם שושן מעיין ופלג, וגיא נשוי לליאת וילדיהם ישי יוסף וליאל.

בנו עמוס נשוי לעדי וילדיהם:

גל נשוי לעמלי ודרור נשוי לאושר וביתם אסיף ויונתן.

בתו אביה נשואה לאביחי וילדיהם: מיכל, אסף פינחס, רפאל
שלמה מנשה, ישראל מאיר, יהודית, אברהם ישעיהו, מרים.
משפחתו הנציחה את זכרו בקרן המלגות של המועדון,
ובליבנו נותר געגוע רב.



יהי זכרו ברוך



על מצבתו של פיני מופיע סמל רוטרי – היה רוטריון 60 שנים.



קבלת תעודה מהנגיד על חברות ברוטרי של מעל 50 שנה.



פיני עם החיוך התמידי שלו בפורים במועדון.



חלוקת מלגות למכללת אפקה מקרן המלגות שהוא ניהל
מטעם מועדון רוטרי ת"א מאוחד שנסגר



יהי זכרו ברוך

אוסף בולים - זה דבר חינוכי?



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

רוטרי בג'מייקה

ג'מייקה הייתה חלק מהאימפריה הבריטית וקיבלה עצמאות באוגוסט 1962.

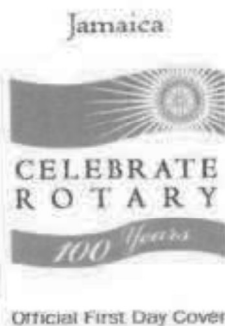
מועדון רוטרי הראשון בג'מייקה הוקם בקינגסטון ב 1959.
נכון להיום (2/4/24) יש 27 מועדונים עם 612 רוטריאנים בג'מייקה.

30 יוני 2005

ג'מייקה הנפיקה בול אחד לכבוד יום ההולדת ה 100 של רוטרי בינלאומי.



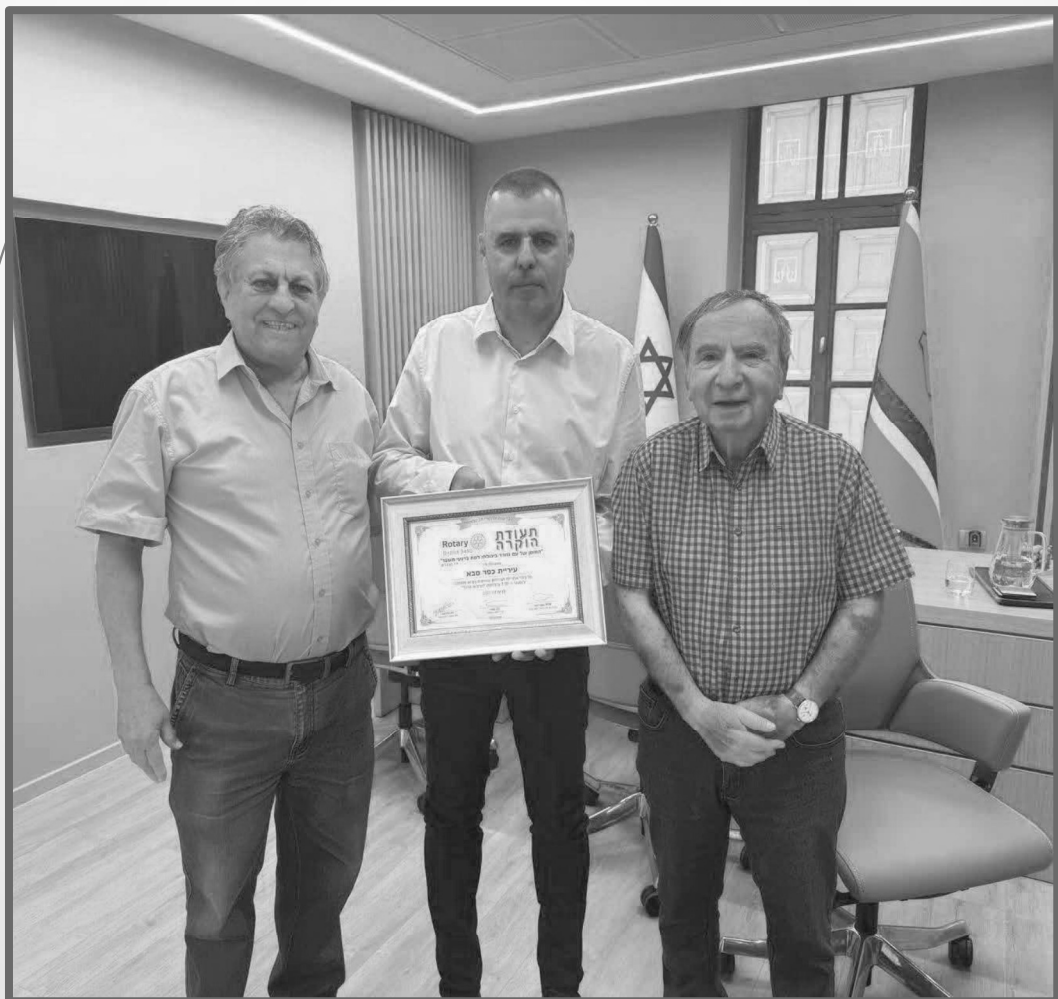
על מעטפות היום הראשון השתמשו בחותמת שאין בה סמל רוטרי אבל במרכז רשום 100 שנה.



תעודת הוקרה לראש העיר



ראש העירייה מר רפי סער מקבל תעודת הוקרה על תרומת העיר למען חיילי צהל בזמן מלחמת חרבות ברזל ב7/10 מטעם הנגיד ירון מטר. את התעודה העניקו בשם נגיד רוטרי ישראל נציגי רוטרי כפר סבא הנשיא אריה שטרימר ונ"ל עולי רשטיק.

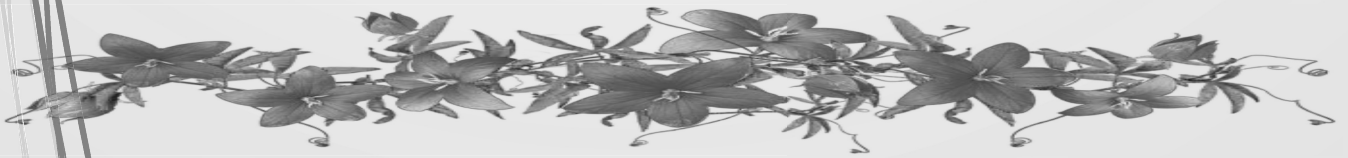




**חברתנו נ"ל פנינה כרמון השתתפה
בגיבושון הנגיד הנבחר שהתקיים במלון
"נבל דוד" בצפון.**

**ברכות לחברתנו בשנת הרוטרי הקרובה
בהצלחה!**

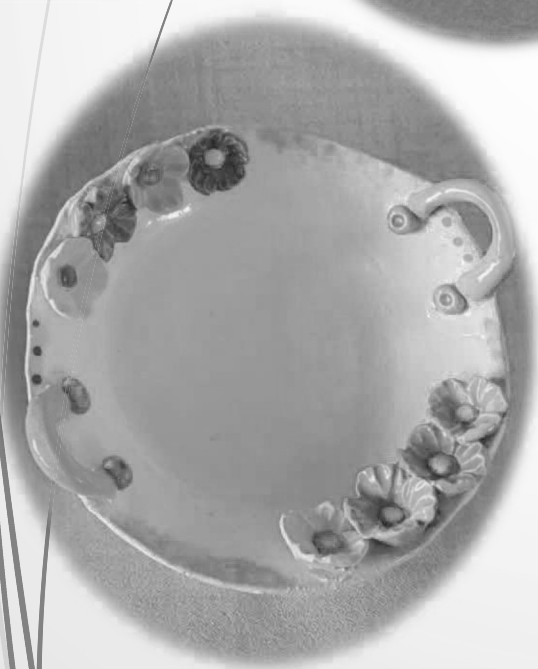




חברים יוצרים



פינתה של חברתנו נילי טלרמן



מתכון החודש



מתוך אוסף המטעמים מבית אמא (שלי)

בלינצ'ס

חביתיות לבינה



המצרכים להכנת החביתיות:

1 כוס קמח, 2 ביצים, קורט מלח,
1 כוס + $\frac{1}{3}$ מ"מ,
שמן לשימון המחבת.



אופן הכנת החביתיות:

שמים את הקמח בקערה, טורפים
את הביצים, מוסיפים לקמח את
המים והביצים, תוק ערבוב.
בוחשים היטב, כדי שלא יוצרו
אדים, במידה ונוצרים אדים,
מסננים במסננת.
מחממים מחבת, משמנים אותה
ומטאנים בה חביתיות דקות.



מלית האבונה:

$\frac{1}{2}$ ק"ג אבונה רכה,
 $\frac{1}{2}$ שקית אינסטנט פודינג וניל
 $\frac{1}{2}$ שמנת מתוקה + $\frac{1}{3}$ כוס חלב
סוכר לפי הטעם

אופן הכנת המלית:

* מקציפים שמנת מתוקה עם
החלב ואינסטנט פודינג.

* מערבבים יחד בתנועות קיפול
עם האבונה והסוכר.

* ממלאים את החביתיות במלית
האבונה ומאפים קר.

אפשר להגיש עם רוטב תות שדה
(תות שדה מרוסק יחד עם סוכר),
או עם רוטב פירות יער.



חברים מציירים



"שער העיר"

ציירה: חיה קנטרוביץ



30 מחברות וחברי המועדון יצאו ביחד לטיול מיוחד במינו בחבל טרנסילבניה שברומניה



סיכום חברינו נ"ל גבי מזור

ביום הראשון היה לנו יום עמוס בחוויות בטופונש הצוענית. מפגש עם ראש העיר המברך את הקבוצה ומקבל את דגל המועדון. עם מופע ריקודים ספונטני של המארחים ושל החברים שכלל ביקור בכנסיית עץ בת מאות שנים שהיא אתר שימור של אונסקו.

. לאחריו ביקור באתר נופש מיוחד במינו הנקרא mesterul olar כשהכניסה היא בגשר חבלים מתנדנד, שם קבלנו גם ארוחת צוהריים ממלצרות יפות בתלבושת עממית. בהמשך סדנת ייצור כלי חרס ומשחקי קייטנה לחינוך מיוחד. ולסיכום, שעשועי קייטנה עם חץ וקשת, עגלה עם סוסה והכנת גבינת כבשים. יום ארוך ומעייף.

בהמשך ביקרנו בעיר העתיקה סיביו - בכיכר המרכזית, ארוחת צוהריים וסיור במרכז העיר המרשימה, כולל צילום קבוצתי על גשר השקרנים וביקור בדוכן הכנה של קיורטוש על גחלים, וטעימה ממנו.

בערב נסענו לאירוח כפרי חגיגי עם ארוחת ערב בכפר סביאל במחוז סיביו, הכפר העתיק ביותר ברומניה.

גם פנים רוטריוניות היו לטיול. מוצלח ביותר לרומניה /טרנסילבניה מבחינה בינלאומית למועדון ונשיאו אריה שטריימר.

התחלנו במפגש עם ראש הכפר הצועני טופונש , לאחריו מפגש וחילופי דגלים עם נשיאת מועדון פיטשטי ובסיום חילופי דגלים עם נשיאת מועדון סיביו

יום חמישי לטיול לרומניה.

ביקור בכפר פריז'מר, כפר סכסוני בעל אופי שונה לחלוטין. הכפר מוקף חומה ובתוכה השתמרו פריטים רבים מהתקופה הסקסונית כגון כיתה מהמאה ה-15. כל דיירי הכפר התרכזו ליד הכנסייה כדי לשרוד את המלחמה.

משם ממשיכים לארוחת צוהריים בכפר ומשם לשמורת הביזונים, חוזרים להתרעננות במלון בז'אקוזי ואחר כך יצאנו לערב פולקלור שכולל ארוחה במסעדה נחשבת בפויאנה ברשוב.

בדרך לבוקרשט הבירה עוצרים אנחנו ביקב ובארמון ואחר כך בעיירה הציורית סינאיה שם גם אוכלים צוהריים .

לאחר יום ארוך של נסיעות הגענו לבוקרשט ומיד יצאנו לארוחת ערב חגיגית (אך לא כל כך טובה) במסעדה מפוצצת מאורחים ב 3 קומותיה.

כמובן שקידוש נחגג כדין ולאחרי הארוחה הגענו למלון שם נפרדנו מקריסטינה , המלווה המקומית והמקסימה של הקבוצה מטעם חב' הנסיעות "באטרפליי" איתה יצאנו לטיול מיוחד זה.

תמונת סיום של טיול מועדון רוטרי כפר סבא
בבוקרשט, מול בית הנבחרים.



La revedere, România, a fost foarte bună !

להתראות רומניה היה טוב מאוד !

מכתב תודה לחברתנו תמי ארד אותו
כתב חברנו איציק בשם כל החברים
מהטיול לרומניה



29 ספטמבר 2025

תמי תכרימנו היקרה,
נאמנו שנה רק אפליקציה את השקלתיך
המשימה בהכנת השילוח שלנו
שאורף בדאגה.
אבאדור צי, שנצאנו לקהילה,
מאחורי הקעעים, אב קבוצה מאוחד
מאחורי, שיתלים שאלו חברים
מאחורי בפרשהו הצעירים (בדאגה)
אם כי האדלתיך באוטוסוף, נאמן
אחריהם הדלתיך היבבה אפליקציה
הקטנים ביאור, השילוח צי אבאדור
המחיצה ואחריהם השילוחים באשר
כא השלח.
אז לא צי, אלא שילוח
אבאדור!
בשמי אבאדור באשר!

מפגש עם ראש העיר המברך את הקבוצה ומקבל את דגל
המועדון. עם מופע ריקודים



Rotary

Club Pitești Unity

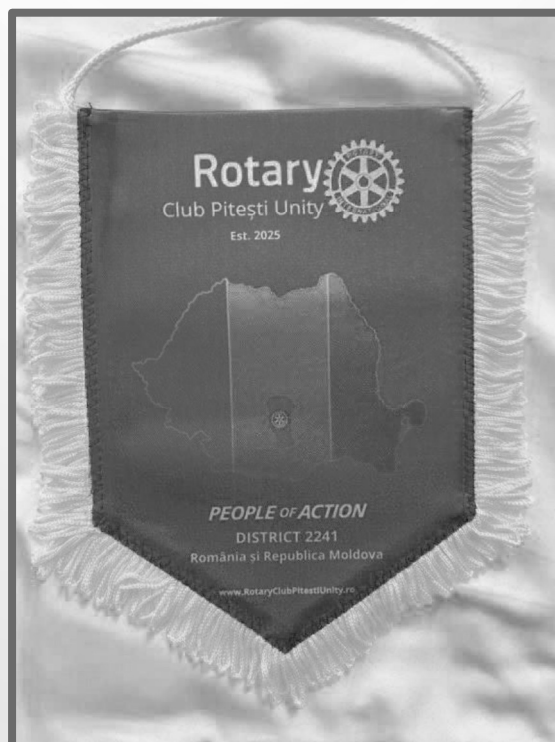


MEETS HERE
2nd & 4th Mondays
6:00 PM



Chartered 2025

חילופי דגלים עם נשיאת מועדון פיטשטי

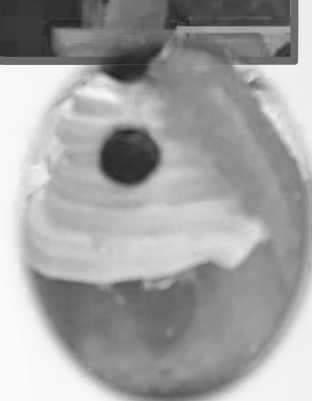


חילופי דגלים עם נשיאת מועדון סיביו





הפאפאנש הרומני







ציפא יאקב ז"ל