

פאלאסטון

גיליון מס' 19 | מאי 2026 | אייר תשפ"ו



השביליסטים של 'פאלאס להבים'
'הליכה לקיסריה' (חנה סנש)

רגע של נחת



אורי וינברג



אראלה רונן



ביאנקה פלדמן



חנה לייבוביץ
ושרה ברוסילובסקי



גילה מלמוד



דניאלה חיון



יעל שפי



רנה עובדיה
ומרים אלוני



מתני אורמן



השותלים והשותלות



אסתר זהבי



תוכן העניינים

2	דבר העורכת
3	דבר המנכ"לית
	בנעלי בית
4	ציפי רובין / יעל בוחבוט: מדריכת ספורט בשיטת 'ניה' (NIA)
	מהווי חיינו בפאלאס
7	ציפי רובין / החוג לצרפתית
12	ציפי רובין / להקת הריקוד של 'פאלאס להבים'
16	אהובה פרידה / בבריכת השחייה
	פירווי זיכרונות
17	יוסי מזרחי / אנקדוטות של צבר בחוץ לארץ
20	מרים שרור / בת 90: 'העבר מאחוריה היא צופה אל הבאות'
23	עופרה אלדור / המכתב לבן-גוריון ששינה את חיי
	נוף משלנו
24	אלמה גנני-גל / אני ומלחמות ישראל
25	זן קליר / ימים שחלפו - לא ישובו עוד
26	פרדי כהן יונתן / השיר של אהבתי הראשונה
28	משה תובל / פגישה
29	מיכל תירוש / נכדים זה שמחה
30	בתיה פונדה / הקונצרט
32	משה פרג / מעשה באבן
33	יעקב גל / פאלאס. הומורסקה
34	צבי בוגר / ציפור
	כתב חידה
35	אשר גבוביץ / מי הדמות?
	על המדף
36	זהבה הררי / על הספר 'מחר יהיה אחרת' מאת יובל אברמוביץ'
	התחביב שלי
38	גניה צביק / התחביב שלי: יצירת פסיפס
	משוט בארץ
40	אדוה לוויד / הליכה לקיסריה - טיול שביליסטים
	מעבר לגדר
42	עזרא פימנטל / אנדרטת חטיבת 'יפתח' ב'מבצע יואב' במלחמת העצמאות
	פרפראות
44	עליזה קפון / תשבץ
45	חידון זיהוי: מי הם הדיירים המטיילים?

עורכת: פרופ' ציפי רובין

עיצוב גרפי: אלינה סויבלמן

דפוס: רונה אלפסי, נוח מדיה דפוס בע"מ

תמונת השער האחורי: טיול כושר לשמורת פורה. תמונת השער הקדמי: הליכה לקיסריה, 25.2.26; צילום: שלמה רז





דבר העורכת

חברות וחברי קהילתנו,

בשנת 1973, בתקופת מלחמת יום כיפור, התנגן מעל גלי האתר בתדירות גבוהה שירו של יהורם גאון, 'אני מבטיח לך, ילדה שלי קטנה, שזאת תהיה המלחמה האחרונה'. חיים חפר כתב את השיר במהלך קרבות המלחמה.

לימים הוא סיפר, שכתב את השיר בהיותו עיתונאי שסיקר את המלחמה וכתב את המילים ברגע של ייאוש כאשר לא יכול היה לרוץ למחסה בעת אזעקה. הוא לא ידע אם ישרוד ולכן כתב את המילים כסוג של צוואה, תפילה ותקווה לבתו בת השש.

שירו של חיים חפר, מזכיר את סיפור החיים של רבים מאיתנו, דיירי פאלאס, שנולדו בתקופת מלחמת העצמאות (1948) ושהוריהם בטוחים היו שבתום המלחמה ועם הקמת מדינת ישראל, אנו - דור המדינה - נגדל בבטחה חופשיים בארצנו. כידוע, המציאות טפחה על פניהם וגם על פנינו! מאז קום המדינה, חווינו - אנחנו, ילדינו ונכדינו - את מלחמות ישראל ממש עד ימינו אלה, בהם אנו חווים את מלחמת 'שאגת הארץ' הממושכת. אך היום המצב טראומתי יותר, שכן אנו - כסבים וסבתות - חווים את המלחמה כשנכדינו הם החיילים הלוחמים, וליבנו יוצא אליהם בדאגה ובחרדה. לנוכח מסכת המלחמות הבלתי נגמרת שעוברת עלינו בארצנו, ובפאראפרזה לשאלתו הידועה של אבנר בן-נר, שר הצבא של שאול המלך (שמואל ב, ב 26), אני תמהה: 'הלנצח נאכל חרב?' והאם אכן 'תהיה זאת המלחמה האחרונה', כפי שמבטיח חיים חפר לבתו?! אין כמו שירו המרגש של חיים גורי - 'בקשה' - להביע תפילה וכמיהה לשקט, מנוחה ונחמה לארצנו המוותשת, שנעה בין מלחמה למלחמה בשאיפה ובתקווה לשלום.

אני שָׁב וּמִתְפַּלֵּל אֵלַיְךָ וְעֵלְיךָ / מִבְּקֶשׁ קִצֵּת שְׁקֵט / שִׁיקְרָב וְיִמְשֶׁךְ וְיִשְׁמַע / אֶת פֶּה זְקוּקָה לֹא כָּל חַיִּיךָ
אֶת הַנְּשִׁלַּחַת מִמְּלַחְמָה לְמִלְחָמָה.

אני שָׁב וּמִתְפַּלֵּל אֵלַיְךָ וְעֵלְיךָ / שֶׁתִּזְכִּי סוּף־סוּף לְנַחְמָה / אֶפְלוּ לְקִצֵּת שְׁעָמוּם, / לְקִצֵּת דְּמָמָה.
מְגִיעַ לָךְ. יַעֲדִים לָךְ הַשְּׂמַיִם / עֵדָה הָאֲדָמָה.

אך עוֹד הֶרְצִים שְׂבִים וּמִבְשָׂרִים / וְעוֹד חֲדָשׁוֹת קְרִבּוֹת וְנִדְחָקוֹת מְעַבְרִים / שְׁנָה וְעוֹד שְׁנָה
מִתִּי תְּגוּחֵי קִצֵּת, אֶרְצִי. אֶרְצִי, מוֹלְדֵי הָעֵשְׂנָה. (מתוך: 'אל המקום האחר: שירים אחרונים')

תקופת המלחמה עברה עלינו בפאלאס בפעילות מצומצמת של ספורט ותרבות לצד שמירה מלאה על שלומנו ובטיחותנו, ולצד דאגותינו למשפחותינו באשר הן. הנהלת פאלאס התארגנה במהירות, ובמשך כל תקופת המלחמה דאגה שהשגרה תימשך, פינקה אותנו בארוחות בוקר הישר לפתח הדירה, בארוחות צוהריים במשלוח ללא עלות ובצ'ופרים למכביר (חלה, עוגה, תותים, עציץ פרחוני, קלפים). פעילויות התרבות והספורט התבצעו בקפסולות בבניינים השונים, וכך ניתנה לנו הזדמנות מצוינת להכיר ולהעמיק את הקשר עם השכנים. אנו מצידנו היינו מעורבים בתרומות ובאריזת חבילות מזון לחיילים, והדיירות נרתמו כמידי שנה לסרוג כובעי צמר לחיילים.

תודה עמוקה לצוות ההנהלה ולכל העובדים המסורים שעשו הכול להטבת חיינו ורווחתנו, להבטחת



בטיחותנו ושלומנו בתקופה קשה זו. תודה והערכה לוועד הדיירים היוצא, שטיפל בחריצות בכל ענייני הבית וייצג אותנו בכבוד, וברכות הצלחה לוועד הנכנס. תודה לכל הדיירים-הצלמים שצילומיהם מעטרים את דפי העיתון.

בעת כתיבת שורות אלה התבשרנו על הפסקת אש. יש לברך על כך ולקוות לימים טובים ומלאי סיפוק ומשמעות.
בברכת בריאות טובה,
שלכם,
פרופ' צ'פי רובין, אורכת

זכר המנכ"לית



חגית משעולי: מנכ"לית 'פאלאס להבים'

דיירים יקרים,

שמחה לברך אתכם בפתחו של פאלאסטון חדש.

מאחורינו 40 ימי מלחמת 'שאגת הארץ'. צלחנו את האתגרים שהעמידה לנו המלחמה, ניהלנו שגרה מותאמת, בה השתדלנו לקיים את פעילויות התרבות, הספורט וההסעדה, בהתאם להנחיות פיקוד העורף.

אתם הוכחתם, שוב, כמה חוסן ואיתנות יש בכם, מלח הארץ.

תודה לכם על שיתוף הפעולה, על הסבלנות ועל תחושת היחד. כך פועלת קהילה חזקה, הדואגת לפרטים ולקבוצות בתוכה.

'מעז יצא מתוק'; הבניינים הפכו לקהילות תומכות - תוספת חשובה לחוסן שלנו ולשמירה על המרקם העדין והרגיש של יחידים בתוך קבוצה.

האביב הביא איתו שפע של תקוות חדשות. הימים הבהירים והארוכים, ריח הפריחה הנהדר והירוק שצבע את השדות - מוסיפים שמחה גדולה.

אני מאחלת שנדע ליהנות מכל הטוב הזה ושנהיה עסוקים בשגרה ברוכה מלאת עניין ותוכן. שלכם, חגית



החמ"ל של פאלאס העובדים שעמדו לצידנו ושמרו על ביטחוננו ורווחתנו בעת המלחמה (צילום: תמי אהרוני)



יעל בוחבוט: מדריכת ספורט בשיטת ניה (NIA)

מראינת

ציפי רובין



מי את, יעל?

שמי יעל (מילשטיין) בוחבוט. מדריכת ניה באזור הדרום. גרה בלהבים. נשואה לדורון, מנהל בקרן קיימת לישראל, ואימא למיקה בת 22 שחזרה לפני שבוע מדרום אמריקה, עומר בן 20, לוחם בסיירת גולני, ועלמה בת 15 - מתעמלת קרקע ופעילה בצופים. הגעתי מכרמיאל לאוניברסיטת בן-גוריון בנגב ללימודי אנתרופולוגיה וארכיאולוגיה. הכרתי את בעלי ארבעה ימים בבאר שבע במסיבת פתיחת סמסטר, מאז אנחנו יחד.

גרנו 15 שנה ביישוב גבעות בר במועצת בני שמעון והיינו ממקימי היישוב. לפני שהחלטתי להיות מורה ל'ניה', עסקתי במספר תחומים: הייתי מחנכת ומורה לאנגלית בכיתות הגבוהות. ניהלתי את עבודות החקר במבואות הנגב. ניהלתי מחקר של האיחוד האירופי. עסקתי בפיקוח על תחום הזנת ילדים במשרד החינוך.

ספרי על ילדותך ונעוריך.

גדלתי בכרמיאל, עוד כשהייתה עיירה קטנה יחסית. אימי עסקה בהוראה בבית הספר הראשון בכרמיאל, ואבי - מהנדס אווירונאוטיקה ברפא"ל. אח ואחות גדולים ממני. מאוד אהבתי ריקוד. אימי הדריכה ריקודי עם, ריקודי country line וסטפס (clogging) אחר הצוהריים, הצטרפתי אליה באהבה, אבל מעולם לא חשבתי על תנועה כדרך חיים, אלא רק כתחביב. למדתי במגמת מוזיקה בתיכון. עבדתי בבורגראנץ' המקומי וגם כסדרנית באירועי תרבות.



יעל ומשפחתה

בנייה



אילו מחוויות הילדות זכורות לך?

כילדה, זכינו במסגרת עבודתו של אבי ברפא"ל לשנות-שבתון בחו"ל, בהן חווינו תקופה בלתי נשכחת שגיבשה אותנו כמשפחה. בשנת 1982 בעודי בת 5 שהינו במונטריי קליפורניה שם למדתי אנגלית שוטפת. טיילנו המון, זכור לי במיוחד הטיול ליותר מחודש לאלסקה, בתנאי קמפינג בלבד. בשנת 1988 היינו בשבתון בניו-זילנד הרחוקה, טיילנו בארץ הקסומה הזו. בדרך לשם נחשפנו לעולם חדש ומיוחד של המזרח הרחוק, תאילנד וסינגפור. זו הייתה תקופה בה הארצות הנ"ל לא היו נגישות למערב כמו היום.

אילו מורים את זוכרת? האם היה מורה או מורה שהשפיעו עלייך?

זכורה לי המדריכה זמירה, מדריכת הטיולים בחוג 'סיור וניווט'. למדתי ממנה ליהנות מנפלאות הטבע וכיצד לשרוד במצבים לא צפויים. בבגרותי למדתי, כאמור, אנתרופולוגיה לתואר ראשון ושני באוניברסיטת בן-גוריון בנגב, ושאלתי השראה מהמרצה שלי שמוליק בן-דור ז"ל. שמוליק עשה את עבודת המחקר שלו על קהילת האינואיט באלסקה ולימד אותי על עולם המחקר האנתרופולוגי, על הקשיים ועל דרכי ההתמודדות. אני מודה למשפחתי האהובה התומכת בי לאורך כל הדרך!



ספרי על שירותך הצבאי.

לפני הגיוס נשלחו אליי עשרות מכתבים לחיל מודיעין וחילות נוספים, אך הם לא זכו לתשומת ליבי, בלשון המעטה! החלטתי במודע לתת ליד-הגורל לקבוע את ייעודי. התגייסתי בגיוס רגיל והופניתי למשטרה צבאית. באופן כללי, האנשים שעבדתי איתם היו נחמדים, אבל בעיקר רציתי לסיים את השירות ולנסוע לטיול במזרח הרחוק.

מה עשית עד בואך לפאלאס?

לפני שהגעתי לפאלאס הדרכת 'ניה' במספר מקומות באזור הדרום. שיטת ניה (Non Impact Aerobics - אירובי ללא פגיעה) משלבת מספר תחומים: אומנויות הלחימה, אומנויות הריקוד וגם אומנויות הריפוי. בסיס השיטה הוא שמחה - JOY. השיעור מלווה במוזיקה מגוונת ובאנרגיה חיובית. ספורט ותנועה חשובים מאוד לגוף וכולם יודעים זאת, אבל מעבר לידיעה, רבים לא עושים עם זה הרבה, רק יודעים שזה טוב. הבעיה העיקרית היא ההתמדה. וכאשר כיף להגיע לשיעורים וההרגשה הכללית טובה - אז ממשיכים! וזו המטרה - להמשיך ולהתמיד בתנועה כל יום, בוקר וערב. יש מגוון שיעורי ספורט. כל אחד ואחת בוחרים את מה שמתאים - אחת מתאים לה לקפוץ מעלה מטה במשך שעה, השנייה אוהבת לרוץ, השלישית אוהבת ללכת לחדר כושר ולהעלות את מסת השריר, ואחרת מתחברת ליוגה או לריקוד. שיטת ניה משלבת גם כוח ועוצמה המגיעה מאומנויות הלחימה, גם ריקוד וגם אלמנטים של ריפוי משיטת אלכסנדר, פלדנקרייז ויוגה. אני חושבת שזה מה שמשך אותי מלכתחילה לשיטת ניה, יש בה הכול. גם עבודת כוח, גם תנועתיות וגם שיפור היציבה והגמישות מעולם היוגה. בנוסף, השיעור נעשה עם המון JOY - שמחה לגוף ולנפש.

כמעלי בית





ניה בישיבה



ניה בעמידה



ניה במים

מה הביאך לפאלאס?

אני גרה בלהבים ומעבירה שיעורים קבועים במהלך השבוע לוותיקים ולקבוצות נשים במספר מוקדים בדרום: להבים, דביר, באר שבע, חצרים, שומריה, נבטים, שער הנגב ואשכול. בנוסף, אני מעבירה גם סדנאות חד-פעמיות לקבוצות, ימי כיף וגיבוש, הזדמנות לשבור שיגרה וליצור זיכרונות משותפים דרך חוויה גופנית מעצימה. הרגשתי שאוכל להשתלב בפאלאס במגוון קבוצות. ואכן, אני מעבירה מספר שיעורים בשבוע. שיעורים בישיבה, שיעורים משולבים ישיבה ועמידה, שיעורים בעמידה ושיעורים במים. דרך נהדרת להשתחרר ממתחים ולחוות שמחה ותנועה.

ממה את הכי נהנית בעבודתך בפאלאס?

זה המקצוע שלי. כל בוקר אני קמה ונוסעת לעבודה עם חיוך. אני בעד המשפט: "אשרי האדם שקם בבוקר וזריחה על פניו". מעודדת כל אחת ואחד למצוא את מה שיגרום לחיך כל היום. להרגיש סיפוק מהעבודה. האנשים בפאלאס מקסימים ובשבילי זוהי זכות גדולה להכיר אותם. יצרתי קשרים אישיים, למדתי על החיים שלהם בעבר ועל פעילותם. שמחה מאוד שיש עיתון היוצא מדי פעם - 'פאלאסטון', אני קוראת אותו בשקיקה ונהנית מאוד, וגם שמחה להתארח בו.

מהם עיסוקך בשעות הפנאי?

אני אוהבת טיולים בטבע עם המשפחה, להקשיב למוזיקה, לנגן על גיטרה, לקרוא על נושאים חדשים ומעניינים, בעיקר בתחום הבריאות ופיתוחים טכנולוגיים, לראות סרטי דרמה ואקשן וסדרות מצחיקות כמו סיינפלד. אני אוהבת לראות הצגות וסטנד-אפ איכותיות ולבלות עם המשפחה וחברות קרובות.

בשנה האחרונה פתחתי מנוי שיעורי תנועה מהבית, המאפשר ספורט לוותיקים בזמנם הפנוי. פתחתי גם קבוצת וואטסאפ בשם: "תנועה לשבת" אותה אני משתפת מדי יום שישי.

www.yaelnia.com/weekly



החוג לצרפתית

Nous allons parler français

מאת

ציפי רובין

חיפוש מהיר באינטרנט בערך 'לימוד שפה שנייה בגיל השלישי', מעלה שפע של כותרות המצביעות על החשיבות ועל התרומה העצומה ללומדים. להלן כמה מהן: "ישנם יתרונות רבים ללימוד שפה שנייה, ואחד החשובים הוא בריאות המוח"; "לימוד שפה זרה משפר את הזיכרון"; "לימודי שפה שנייה הם השקעה חכמה בבריאות המוח"; "המוח והנפש יודו לכם: כל הסיבות ללימוד שפה נוספת".

ואכן, כפי שאנו כבר יודעים, בעשורים האחרונים מחקרים הוכיחו כי לימוד שפה שנייה בגיל השלישי הוא חיוני לחיזוק הקוגניטיבי, לשיפור הזיכרון, להאטה של מחלות דמנטיות ולהעשרת החיים החברתיים. מסתבר, מעבר לכל ספק, כי לימוד שפה שנייה איננו רק תחביב, אלא השקעה משמעותית בבריאות המוח ובאיכות החיים, המעניק כלים להתמודדות טובה יותר עם תהליכי ההזדקנות. אחד החוקרים שעוסק בתחום חקר המוח, ד"ר רועי בלתזר תירוש, שמגיע אלינו ונושא הרצאות מרתקות, מדגיש כי לא מספיק לפתור סודוקו או תשבצים או לשחק ברידג', זה טוב וחשוב, אבל בהחלט לא מספיק: "חייבים כל הזמן להתחדש, ללמוד דברים חדשים. כל למידה חדשה יוצרת קשרים חדשים במוח שלנו, תאי עצב שלא היו מחוברים מתהדקים". ד"ר בלתזר מציע תחומים חדשים ללמידה, כמו שפה שנייה, והתנסויות סנסו-מוטוריות, כמו יוגה, טאי צ'י, ריקוד, קרמיקה, ציור וכו'.

מגוון החוגים בביתנו הוא רב, ואם בפאלאסטון הקודם סיפרנו על החוג לאנגלית, ענייננו הפעם בחוג לצרפתית. החוג קם והתגבש ונלמד כבר שלוש שנים ביוזמתו של סמי אמסילי, שלא רק הרים את הכפפה, אלא גם הפך למורה בהתנדבות. סיפורו של סמי כבר הובא בפאלאסטון וגם בעיתון בארבע (שבע - בראנז'ה (יולי 2021)), ולא נותר אלא להזכיר לדיירים הוותיקים ולספר לדיירים החדשים, מי הוא סמי אמסילי?

סמי הוא איש נגב ותיק, נעים הליכות, חינוך תמידי נסוך על פניו. הוא נולד במקנס (Meknès) שבמרכז מרוקו, למשפחה דתית, למד בתלמוד תורה, בבית הספר היסודי 'אליאנס' ובבית ספר תיכון יוקרתי (Ecole Normal De Casablanca). לבית ספר זה הוא התקבל לאחר שנבחר לעתודה (קאדר) של תלמידים מצטיינים מכל מרוקו. סמי עלה על כולם בהצטיינותו בשני תחומים: בידע בצרפתית ובכדור סל. בהגיעו לגיל 17 הוא סיים את לימודיו ועקר לרבאט, עיר הבירה של מרוקו, כדי ללמוד הנדסה-מדידות באוניברסיטה. במשך שלוש שנים הוא שקד על לימודי המדידות ובהיותו בן 19 וכשבאמתחתו תעודה של מודד, הוא התחיל לעבוד כמודד, ראה ברכה בעמלו, הרוויח כסף רב, וכך בשנת 1962, בהיותו בן 21, הצליח להעלות לישראל את כל בני משפחתו. בארץ סמי נשא לאישה את לורט, חברתו משכבר

הימים, ונולדו להם שני בנים, אָרְוֹה (מהנדס אלקטרוניקה, תעשייה וניהול) ויואב (מהנדס בניין וקבלן בנגב). סמי החל לעבוד כמודד במע"צ (מחלקת עבודות ציבוריות) בתל אביב.



בשנת 1973 הוא הגיע לנגב ומצא כאן כר נרחב לפעילותו, שכן היו כאן מודדים ספורים. בשנים 1973-1980 הוא ערך מדידות טופוגרפיות ומיפה את האוניברסיטה וסביבותיה (כבישים, דרכי גישה), את בית החולים סורוקה (ביוב ותיעול), את כל מושבי הנגב והקיבוצים ממבטחים ועד גבול מצרים, וגם את מיתר ולהבים. בשנת 1980 הוא התקבל למשרד הביטחון בתור מפקח על עבודות עפר בנגב. משנת 1990 עבד במשרד השיכון ובמשרד הביטחון ושימש מודד יחידי בבסיסי הצבא בנבטים ובחצרים ואף בסוללות בים המלח עד שנת 2010, עת יצא לגמלאות.

אין ספק, כי תרומתו החשובה של סמי אמסילי במיפוי טופוגרפי של מוסדות מרכזיים בבאר שבע (אוניברסיטה ובית חולים סורוקה), של קיבוצים ומושבים בנגב ושל בסיסי הצבא בנבטים ובחצרים, הטביעה חותם בל יימחה בתולדותיה של העיר באר שבע, בניינה ופיתוחה.

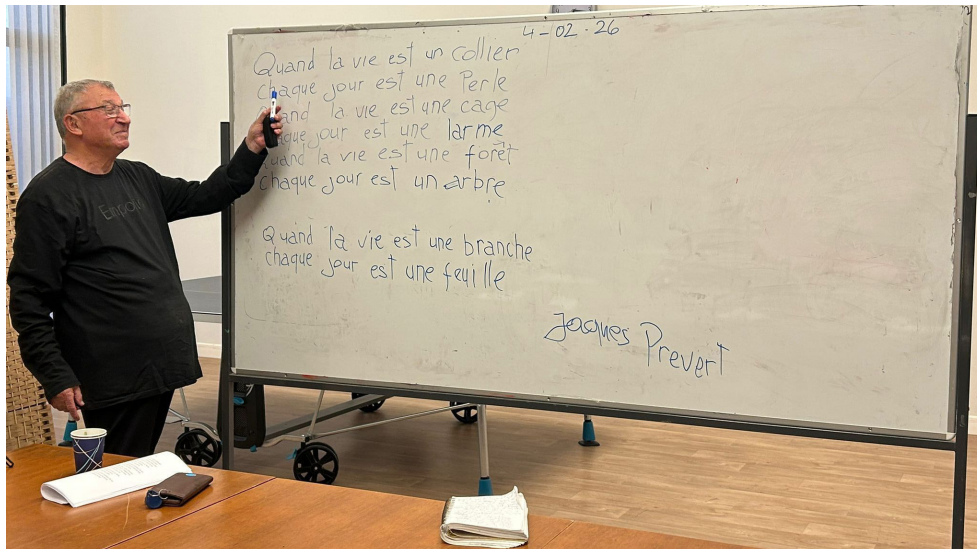
באוקטובר 2020 עזב סמי את באר שבע, התיישב ב'פאלאס להבים' ולא תיאר לעצמו שתוך תקופה קצרה יעשה 'הסבת מקצוע': ממודד מוסמך למורה מוצלח. כבר בשנה הראשונה לבואו, התנדב סמי לתרום לקהילת פאלאס ולפתוח חוג לצרפתית. כך הוא מספר:

"עברתי ל'פאלאס להבים' בשיא הקורונה. היינו 80 דיירים, ונהנינו לצאת יחד לטיולים בהדרגת סלעית הנהדרת. ארוחות הבוקר היו מלוות בוויכוחים על המצב בממשלה ועל החיים בכלל. יום אחד, אחד הדיירים שהגיע לא מזמן, שמע אותנו מדברים בצרפתית והביע את רצונו ללמוד צרפתית. אמרתי שאני מוכן להתנדב ללמד. דיברתי עם סלעית ותוך שבוע היא ארגנה קבוצת לומדים. היא שמה לי ביד 10 מחברות ואמרה: 'סמי, לעבודה! יש קבוצה, קדימה לעבודה!' וכך, אני מההנדסה נהייתי מורה לצרפתית. לאט-לאט התגבשה קבוצה נהדרת ואנחנו לומדים כבר שלוש שנים. יש התקדמות מסחררת, הקבוצה מתקדמת, כולם קוראים וכותבים, והשיח בתוך הקבוצה הוא לדוגמה, בסבלנות ובכבוד הדדי. אנחנו מקבלים מצטרפים חדשים שכבר יודעים צרפתית, כי אנחנו מתקדמים".

סמי אינו מורה בעל תעודת הוראה, אבל הצרפתית שבפיו משובחת והוא בעל אינטואיציות של מורה. הוא הבין מלכתחילה, שלימוד צרפתית חייב להיעשות בדרך חווייתית ומלאת עניין כדי ליצור הנאה ומוטיבציה. וכך בלי ללמוד את המתודה של לימוד שפה זרה בסמינר למורים, ובאופן מפתיע, הוא מלמד על פי עקרונות הלמידה בדרך אינטואיטיבית.

כיצד מתנהל החוג? **שרה ברוסילובסקי**, תלמידה ותיקה, משתפת אותנו בחוויה ומספרת לנו על החוג ומשתתפיו: "זהו המפגש השבועי שלנו, לומדי החוג לצרפתית בהנחייתו של סמי אמסילי, נעים ההליכות. מי אנו התלמידים? מי ששמע צרפתית בילדות, מי שלמד צרפתית בתיכון, אולי סמסטר באוניברסיטה, או בעלי 'אוזן לצרפתית' בזכות ידיעת שפה לטינית - ספרדית, רומנית, וכד'. המשותף לכולנו שאיננו דוברי צרפתית, אך גם איננו מתחילים

מאפס. המפגש מתחיל כשסמי כותב על הלוח טקסט מוקפד ששקד והכין מראש במחברתו. אין מדובר בטקסטים פשוטים נוסח 'רמה קמה', אלא בטקסט בעל תוכן מעורר עניין ובעל משמעות, כמו תופעות טבע, אופי האדם, מהות האושר, אהבה, קנאה, קשיים בחיים, חברות, הישרדות ועוד. סמי הוא גם רומנטיקן וגם פילוסוף ולכן בוחר את הטקסטים בהתאם."



להלן דוגמה לטקסט מיוחד שבעזרתו סמי העשיר את אוצר המילים של הלומדים וגם לימד מספרים.

Etre une femme / להיות אישה

Poupee a la naissance / בובה בהיוולדה

Princess a 15 ans / בת 15 נסיכה

Belle a 25 ans / בת 25 יפה

Passionnee a 35 ans / בת 35 נחשקת

Inoubliable a 45 / בת 45 בלתי נשכחת
ans

Dame a 60 ans / בת 60 גברת

Speciale a 75 ans / בת 75 מיוחדת

Magnifique toute la vie / מקסימה כל החיים

Etre une femme c'est pleurer en / להיות אישה זה לבכות בשקט על מכאובי החיים
silence les douleur de la vie

Etre une femme c'est donnee la vie / להיות אישה זה לתת חיים.

בסוף הלימוד סמי מביא אימרה של טולסטוי, שמוסר השכל בצידה:

Si vous ressentez la douleur vous etes vivant / אתה חי - אתה מרגיש כאב

Si vous ressentez la douleur des autres vous etes humain / אתה אנושי - אתה מרגיש כאב של אחרים

סמי יוצר בשיעוריו חוויה פעילה באווירה נעימה וחברית. הוא מביא טקסטים מעניינים שיאפשרו ללומדים להגיב ולדבר. ההתמקדות היא באוצר מילים ולא בחוקי הדקדוק, ובדגש על מזומוניות קריאה, האזנה ודיבור. לאורך כל השיעור הלומדים נחשפים לשפה, מדברים רק בצרפתית, חושבים ומגיבים בצרפתית, וכך משפרים את ההגייה ובונים ביטחון בשימוש בשפה.

הלימוד מתבצע בשלבים: א. קריאת הטקסט, הדגמה, האזנה ותרגום: סמי קורא בקול את הטקסט ומתרגם מילה במילה כדי לאפשר לתלמידים להתרשם מהנושא ולהגיב; ב. חזרה ושינון, לשם העשרת אוצר המילים: כל אחד מ-15-20 התלמידים קורא בקול את הטקסט, מתרגיל קריאה ודיבור כדי לחזק את ההגייה והזיכרון; ג. שאלות והתייחסות: סמי שואל והתלמידים משיבים, מתבטאים בקול וכך אוצר המילים מתרחב והלומדים רוכשים ביטחון וניסיון לדבר בצרפתית, ומפתחים את היכולת לתקשר ישירות בשפה; ד. חזרה וניהול שיח: סמי שואל שאלות על טקסטים שכבר נלמדו בשיעורים הקודמים, הלומדים מגיבים ומתייחסים האחד לשני. אם במהלך השיח תלמידים מתקשים - סמי עוזר, ואם מצליחים - סמי מחייך מדושן עונג; רואה פרי בעמלו.

בסיום השיעור, סמי מחלק שיר מודפס לקריאה בבית, על פי רוב שיר של זמרים ידועים ומוכרים כמו אדית פיאף, ז'אק ברל, ז'ורז' מוסטאקי, ז'ילבר בקו, איב מונטאן.

תלמידי החוג - מה הם אומרים?

אנג'לה לונג: "למדתי צרפתית בבית ספר תיכון באנגליה במשך חמש שנים בערך, הדגש היה על דקדוק ועל כתיבה יפה, כמובן אותיות מחוברות. לצערי הרב, לא לימדו לדבר. בפאלאס שמחתי לראות שמתחיל חוג לצרפתית. המורה הוא סמי אמסילי שמלמד בהתנדבות. אני מאוד נהנית מהשיעורים שחלק מהם מבוססים על שירים של זמרים צרפתיים ידועים ואהובים, ועל יצירות של משוררים. סמי מביא בכל שיעור חומר חדש ומתרגם אותו יחד איתנו, תוך כדי צחוקים. אני צוחקת על עצמי, כי יש לי מבטא אנגלי בלי יכולת לגלגל 'רי"ש' (שמאוד חשוב בצרפתית) ואותיות נוספות. סמי מתקן בעדינות. החוג קיים כבר כמה שנים. אף פעם לא משעמם, כל הזמן לומדים דברים חדשים. תודה למורה סמי".

מהחוגי התינו בפיאלאס



פנינה בן-חיים: "אנחנו נפגשים פעם בשבוע, משוחחים בצרפתית, מרעננים את כללי השפה, קוראים יחד קטעי ספרות ושירה, ושומרים על הזיכרון ומחדדים את המוח. חוזרים אל סיפורי העבר ומשתפים את החברים בסיפורי ההווה. תודה לסמי שטורח מדי שבוע להביא טקסטים ספרותיים, שירים וזיכרונות ילדות ונעורים, והכול בצרפתית".

רבקה גבר: "הגעתי לפאלאס במרץ 2021. אחרי שסידרתי את הדירה התחלתי להשתתף בכמה חוגים. במעבר במסדרונות שמת לי לב שבאחת הכיתות יש לוח עם כתב בצרפתית. התחלתי לקרוא את הדברים החמודים, והתמלאתי בגעגועים לשנות הילדות וההתבגרות שלי כשלמדתי צרפתית בבית הספר. אחרי כמה זמן הצטרפתי לקבוצה. החוג מנוהל בהתנדבות על ידי סמי אמסילי שעושה כל מאמץ כדי שאנו נהיה מסוגלים להבין ולדבר צרפתית. בקבוצה לומדים אנשים בדרגות שונות של ידע או בכלל, והשתלבו יפה מאוד. סמי מביא לנו שירה של משוררים או מלחינים צרפתיים, ואם אין לו הוא ממציא. תמיד מדובר באהבה. הוא עוזר למצטרפים החדשים וכל מה שהוא עושה, זה מכל הלב. האווירה נוחה, נעימה וכולם באים בשמחה".

ואין כמו המשוב של **אריאלה ענבר** כדי לסכם את החוויה שבלמוד צרפתית עם סמי: "לפני כשלוש שנים התחלתי ללמוד צרפתית עם סמי אמסילי, מורנו המקסים. ידעתי מעט כי למדתי במגמה סוציולוגית ובבית דיברו צרפתית, אך מאחר שרציתי להתערות בארץ, עניתי בעברית כשפנו אליי בצרפתית. סמי כותב ומלמד דברי פרוזה שנשמעים כשירה, ובמרביתם נוכחת המילה 'אהבה' בהטיותיה השונות. לעיתים הטקסטים לקוחים משירי ז'אק פרוור או ג'ורג' מוסטקי, ולרוב ממעיינו הנובע של סמי. אנחנו נוהגים לקרוא את הקטעים שסמי כותב על הלוח, ואחר כך ללמוד כל מיני מילים מחיי היום-יום: מספרים, תכולה של דירה, ירקות, תבשילים וכו' וגם את ההמנון הצרפתי. השיעורים מלווים בצחוקים. אני נהנית מאוד מסמי ומהקבוצה. אנחנו גם נוהגים לברך בימי שישי את סמי והקבוצה. בקיצור, כיף לנו. סמי הוא אדם מקסים וההנאה שלנו צרופה".

להקת הריקוד של 'פאלאס להבים'



מאת

ציפי רובין

"כל יום שלא רוקדים בו לפחות פעם אחת - הוא יום שהולך לאיבוד", אמר הפילוסוף פרידריך ניטשה. והסופר ג'ורג' ברנרד שו הצהיר: "הריקוד הוא ניסיון לגלות את הריתמוס של החיים". מילים אלה מקבלות משנה תוקף כאשר מדובר ברקדנים בני הגיל השלישי. הכוריאוגרפית גלית ליס, שעובדת בסדנאות ריקוד המיועדות לגיל השלישי, מזהירה וקובלת: "הנושא של גילנות מאוד נוכח בישראל; מגיעים לגיל מסוים והחברה מכתיבה לנו מה אפשר ומה אי אפשר לעשות, וריקוד נכנס לקטגוריית אי אפשר". אך ב'פאלאס להבים' אומרים 'לא! בפאלאס לא מפסיקים לרקוד: ריקודי עם, ריקודים לטיניים, ריקודי שורות, ריקודים סלונים, ומה לא? יתרה מזאת, 'בפאלאס להבים' יודעים, שהגיל הוא רק בדמיון, ולכן לא מפליא שהוקמה כאן להקת ריקוד ייצוגית, שחבריה בני ה-78-86, רוקדים להנאתם וגם מופיעים באירועים חגיגיים לשמחת חבריהם-הדיירים ואורחיהם. ואכן, אורחים שהתארחו אצלנו ביום ההולדת החמישי של פאלאס, השתהו למראה חברי להקת הריקוד הרוקדים ומפוזים בקצב, החמיאו לרקדנים והביעו התפעלותם: "זה לא מובן מאליו שאנשים בני הגיל השלישי רוקדים כך!"

מאין צץ הרעיון להקים להקת ריקוד ב'פאלאס דיור מוגן' המיועד כידוע לבני הגיל השלישי? ובכן, הרעיון, שלכאורה נראה בלתי ישים, הוא פרי מוחה הקודח של סלעית ברדה שלנו, מנהלת תחום התרבות. סלעית, ילדת טבע בעברה, נולדה וגדלה במושב השיתופי החקלאי נורדיה באזור השרון, ובמושב נהוג היה שלהקת הריקוד והמקהלה מופיעות בכל האירועים החגיגיים. אחד מחלומות הילדות של סלעית היה לרקוד בלהקת הריקוד של המושב, חלום שבסופו של דבר, לא התממש. כאשר היא הגיעה לפאלאס, תכננה בסתר ליבה לממש את החלום, כלומר להקים להקת ריקוד וגם מקהלה, שבהן ישירו וירקדו הדיירים להנאתם ויפיעו באירועים חגיגיים. הנאת חבריהם הדיירים. וכך היה!

מהזוי הדיור בפאלאס

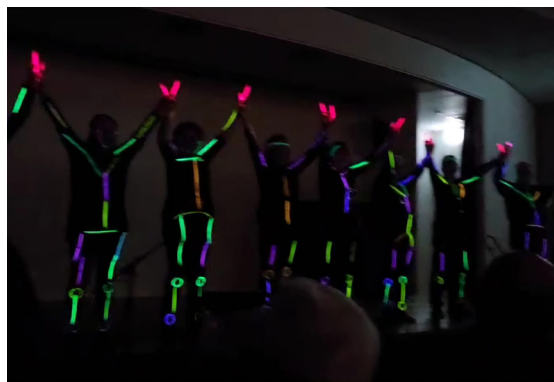


כיצד קרם הרעיון עור וגידים?

בשנה הראשונה לפתיחת פאלאס, במהלך ארגון וביסוס הקהילה, ובעוד חבורת הזמר שרה ומזמרת להנאתה, נשמעו זמירות מכיוון בלתי צפוי... מספר דיירות ודיירים אוהבי מחול, שרקדו ריקודי עם בעברם, פנו אל אפרת אוחנה-גוטמן, אחראית תחום הספורט, בבקשה להקים להקת ריקוד, בנוסף לשני החוגים שכבר פעלו, ריקודי עם וריקודים לטיניים. אפרת הרימה ללא היסוס את הכפפה. הרעיון קסם לה מייד ביודעה את חשיבות הריקוד לגיל השלישי. כמי שעוסקת בספורט כל חייה וכיום לומדת פסיכולוגיה של הספורט לתואר שני, אפרת יודעת שכל המחקרים העוסקים בגיל השלישי מצביעים על כך שפעילות גופנית, ויותר מכול - ריקוד, תורמים לשיפור קואורדינציה, שיווי משקל, איזון הגוף, יציבה, תנועתיות, חיזוק שרירים, חיוניות, חיזוק קוגניטיבי (זיכרון וריכוז), לצד חברה, הנאה, שמחה, מצב רוח טוב והעצמה.



וכך ביוזמת הדיירים, אפרת פתחה להקת ריקוד שהחלה לרקוד להנאתה פעם בשבוע. בשלב זה, פנתה סלעית לאפרת בהצעה: "בואי ונעבוד יחד". השתיים איחדו כוחות, אפרת לקחה על עצמה את הכוריאוגרפיה, סלעית - את האדמיניסטרציה, וכך נוצרה להקת ריקוד ייצוגית, המבוססת על פעילות גופנית-אומנותית-חברתית מותאמת לגיל השלישי לתפארת פאלאס להבים.



חנוכה, תשפ"ו



חנוכה, תשפ"ה

להקת הריקוד יוצאת לדרך

סלעית יצאה בקריאה לפתיחת ההרשמה ללהקת ריקוד, אליה נהרו לא מעט דיירות ודיירים אוהבי מחול, שרובם רקדו ריקודי עם בעברם. בסופו של דבר נשארו 14-16 מהם, ארבעה דיירים וכל השאר דיירות. עם הזמן פרשו אחדים ונוספו אחרים, אך הגרעין המייסד נשאר, וכך עם הזמן נוצרה קבוצת ריקוד מלוכדת בעלת מטרה משותפת המעצימה אותה.



מזה ארבע שנים הלהקה מתכנסת בקביעות, אחת לשבוע, וחבריה רוקדים להנאתם בהדרכתה של אפרת. לפני אירועים אפרת מגבירה את הקצב ומוסיפה אימון או שניים. ההשתתפות פתוחה לכל הדיירים בשני תנאים: התמדה והתחייבות - שני חוקים הכרחיים לניהול נכון של הלהקה ובכלל... כי אם לא כך, הכוריאוגרפיה וגם הקבוצה נפגעות. לעיתים, החזרות מפרכות, כי אפרת דורשת דיוק, רמה גבוהה, לא מוותרת, ולכן לא כל אחד יכול לעמוד בדרישות, אך מי שנשאר חייב לעמוד בדרישות.



בפורים תשפ"ו נבחר הנושא 'פורים מהסרטים'. חברי הלהקה בחרו להתחפש לדמויות מתוך הסרט 'קזבלן' ולרקוד על פי השיר 'כל הכבוד', ובהתאם לכך אפרת בנתה את הכוריאוגרפיה. הכנת התחפושות של כל הדיירים הייתה כבר בעיצומה והריקוד היה מוכן 'לגניבת ההצגה', אך כידוע, יומיים לפני פורים כל החגיגות בוטלו בשל המלחמה עם איראן, ששמה לאל את כל התוכניות.



פורים, 2023



יום העצמאות, 2024

והרקדנים - מה בפיהם?

רקדני פאלאס להבים מעידים כי הריקוד מהווה עבורם חוויה רגשית, מרומם את הנפש, מעניק להם שמחת חיים והרגשת 'צעיר ומאושר'. "כשאני רוקדת אני מרגישה שלא עברתי את גיל שבעים", אמרה אניטה. ושרה הוסיפה: "אני אוהבת לרקוד. הריקוד עושה לי טוב לנפש. כשאני רוקדת כל כולי בריקוד. אני נהנית מכל רגע". הרקדנים נהנים מתחושת ה'ביחד', מהקצב, מהמוסיקה, מהתנועה. כשהם רוקדים הם מתגברים לעיתים על תחושות של עצב ודכדוך, שוכחים את טרדות היום-יום, שמחים ומביאים שמחה לקהל הדיירים הצופה בהם. ואל ייקל הדבר בעיניכם - הרקדנים כאמור בני 78-86!

מנחם פרידמן, אחד מארבעת הגברים שרוקדים בלהקה מראשיתה ובעל עבר מפואר בתחום ריקודי העם, מוסיף דברי שבח והלל: "להקת המחול שלנו היא להקה של חברים שאוהבים ונהנים לרקוד. כולם תורמים ומקדישים המון מזמנם להצלחת הלהקה. צריך לזכור, שאנחנו

מהדורי הדיירי בפאלאס



מהורי היינו בפאלאס

כבר לא צעירים בני עשרה וחלקנו עברו כבר את שנות השמונים שלהם. למרות זאת, אנחנו רוקדים ברוח צעירה. אפרת הצליחה ליצור קבוצה מגובשת וקבועה, שמתפקדת כבר כמה שנים, כשכל אחד תורם כמיטב יכולתו. יש גם עזרה הדדית, כאשר מישהו מתקשה בריקוד מסוים, כולנו מתגייסים לסייע ולחפות' עליו. הלהקה הולכת ומשתפרת מבחינת ביצועיה ועד היום רקדנו במבחר סגנונות, בעיקר בחגים, שבהם אנחנו משמחים את כל דיירי פאלאס. אפרת, באיכפתיות, בסבלנות, בעקשנות ובהשקעה רבה - שלה ושלנו - יוצרת קוריאוגרפיה נהדרת שמתאימה כמו כפפה לאופי ולכושר שלנו. הודות לכושר האילתור שלה, תוך כדי החזרות, השינויים וההתאמות, נוצר בסוף ריקוד יפה ומהנה".

אין ספק, דבריו של מנחם משקפים את הדינמיקה הקבוצתית ואת הערבות ההדדית המאפיינות את הלהקה, שהפכו את רקדניה לקבוצה נחושה, משתפת פעולה, מגובשת ומלוכדת, בעלת אינטרס משותף.



פורים



חנוכה

אפרת שמעורה היטב בנעשה בתחום המחול בבתי דיור מוגן בארץ ובכלל, מדגישה שעד כמה שידוע, לפנינו קבוצת ריקוד יחידה בארץ שרקדניה בגילאים מתקדמים כל כך. אין כמו ציטטה מתוך הספר 'תמול שלשום' של ש"י עגנון כדי לתאר את כוחם של הריקוד והתנועה: "כי ירים איש את רגליו ויצא במחול, כי אז נפשו מתרוממת, גם נשמתו תגביה עוף, עד כי אמור נאמר כי כל איבריו, כל גופו, הם בבחינת נשמה, כי בזאת התעלה הגוף, כי היה היה לנשמה".



בה נצא במחול": בית 'פאלאס להבים' מרקד בל"ג בעומר, 2025



בבריכת השחייה



מאת

אהובה פרידה

בריכת השחייה בדיוור המוגן הייתה חביבה על פני. מדי בוקר הקפיד לבקר בה. שם פגש קבוצת חברים קבועה. פטפטו, שחו, סיפרו חוויות, בדיחות, פוליטיקה... הזמן חלף בנעימים. פני לא נדרש לזכור שמות (שנהג לשכוח), תאריכים, שעות ביקור בחוגים... כן, כן, הזיכרון בגד בו לעיתים וגרם לו להתבלבל. לא נעים. ניסה להסתיר, להתבדח כדי להיחלץ ממבוכה, אבל כעת הוא בבריכה וזה נעים לו.

פני סקר במבטו את הקהל סביבו, הבחין שדלת הכניסה נפתחת. אליס, אישה נאה מאוד, נכנסת. היא מבקרת קבועה בבריכה. שחינית מעולה. תקשורתית וחייכנית. שוחה במסלול במהירות. ממש מחליקה על פני המים בקלות. נעצרת בסמוך לפני. הם מכירים מהביקורים המשותפים בבריכה, אך לא מחוצה לה. משוחחים. אם לדייק, היא שואלת והוא עונה. לפתע היא שואלת: פני, אתה אוהב דגים בתנור?" פני מופתע. לא מצליח לקשר בין השיחה לבין הדגים. מתוך נימוס עונה: "כן... אוהב". "אז אתה מוזמן היום לארוחת ערב אצלי בבית, בניין 12, דירה 6, שעה שמונה". בני שומע טכנית, אבל לא מבין מה פתאום ארוחת ערב... דגים... לא מסוגל למיין במוחו תאריך, שעה, כתובת... מתאמץ לארגן מחשבתו.

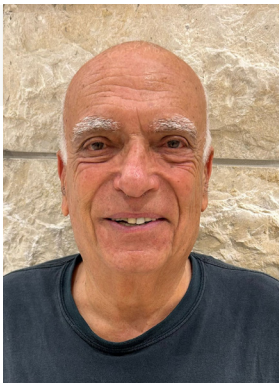
אליס יוצאת מהבריכה ומכוונת צעדיה לדלת היציאה. לפתע עוצרת, מסתובבת ומסננת בין שיניה: "הא, פני אל תשכח". פני לא יודע את נפשו מרוב בלבול: "מה? מה לא לשכוח?" אומר בחוסר ביטחון. אליס עונה לו בעליצות: "את מברשת השיניים שלך, כמובן!"



מהדורי הדיור בפאלאס



אנקדוטות של צבר בחוץ לארץ



מאת

יוסי מזרחי

אני יליד הארץ שמגיע ממשפחה מאד ותיקה בארץ, כך שלא היה לי שום מושג על נהלים והתנהגויות בחו"ל. בימי עבודתי באוניברסיטה יצאתי לשבתונים במספר ארצות שם נתקלתי בדברים שהפתיעו אותי, לפעמים לטובה ולפעמים לא כל כך. אתחיל עם נסיעתי הראשונה לחו"ל לפוסט-דוקטורט באוניברסיטת פרדו בשנת 1973, כאשר הייתי כבר בן 33, עם רעייתי ושלושת ילדיי. הגענו ללאפיט אינדיאנה ושם בפעם הראשונה בחיי ראיתי סופרמרקטים ענקיים עמוסים בכמויות נכבדות של מוצרים מחברות שונות. שכרתי בית מיהודי שומר מצוות שנסע לארץ לשבתון במכון ויצמן, כי גם אנחנו שמרנו על כשרות. רצינו לקנות טונה בקופסאות לכן בחרנו קופסה בסופר ממדף עמוס בפחיות טונה. כדי לבדוק שזה כשר קראתי את כל המרכיבים שפורטו על האריזה ולמדתי שאומנם הכול כשר. התיידדנו עם זוג יהודים נחמדים וביקרנו האחד בביתו של השני. יום אחד כששתינו קפה במטבח, הם אומרים לנו: "לא ידענו שיש לכם כלב, כי לא ראינו אותו אף פעם". שאלתי אותם "מה פתאום אתם שואלים על כלב?" והם ענו "יש לכם כאן קופסאות טונה לכלבים". כמעט התעלפנו, כי נהנינו מספר שבועות מטונה לכלבים. הם לימדו אותנו שיש חלקים בסופר שמיועדים לבעלי חיים, ושעל מוצרים כשרים באמריקה יש סימנים כמו U או K שאומרים שהמוצר כשר. איך אומרים, למדנו זאת בדרך מעניינת...

באחד השבתונים היינו בניו-הייבן מקום מושבה של אוניברסיטת "ייל" המפורסמת. אנשי הסגל של האוניברסיטה גרו בשכונת נורת'-הייבן שנחשבה יותר מכובדת, שם שכרנו בית ושם למדו ילדינו. בתי עינת למדה בחטיבת הביניים וידעה, כמו שאר ילדיי, אנגלית ברמה של שפת-אם שהם רכשו עם יציאתנו לשבתונים הקודמים. מאחר שזה נחשב לבית ספר מכובד לימדו שם צרפתית כשפה שנייה לאנגלית, ובתי עינת למדה צרפתית. יום אחד המורה לצרפתית ביקשה מהתלמידים לתאר ארוחת בוקר בצרפתית. בתי עינת התחילה לתאר (בצרפתית) סלט ירקות, ומייד המורה עצרה אותה ואמרת לה באנגלית: "עינת, כנראה לא הבנת, הכוונה היא לארוחה הראשונה בבוקר ולכן בבקשה תחזרי לתיאור הארוחה". עינת שוב חוזרת ואומרת "סלט ירקות". המורה עוצרת אותה ואמרת לה, "שוב לא הבנת". עינת אומרת לה "הבנתי גם הבנתי, ואני חוזרת סלט ירקות". אזי המורה אומרת כמובן באנגלית: Einat, humans do not eat fresh vegetables for breakfast. בני אנוש לא אוכלים ירקות טריים לארוחת בוקר". אז בתי עונה לה: Dear teacher, we are humans, and we do take fresh vegetable salads for breakfast. כלומר, אנחנו כן בני אנוש ואנחנו אוכלים סלט ירקות טרי לארוחת בוקר. זה כנראה מעיד על האופק התרבותי הרחב של מורים אמריקאים שלא ציפינו למצוא כמוהו בביתה של

פירורר, זיכרוןות



למבים

באחד השבתונים היינו באוקינאו'ה מחוז ביפן. שכרנו דירה בבית המיועד למגורים הכולל ציוד מלא, בחברה שהשכירה דירות כאלו. הגענו משדה התעופה יחד עם המארח למשרד של החברה, שם הוא השאיר אותנו בידיה האמונות של הפקידה שאחראית על כך ואפילו דיברה קצת אנגלית. נכנסנו רעייתי ואני + המזוודות לדירה, ומיד הבחנו שהפקידה + העוזרת שלה מסתכלות עלינו בצורה משונה. בתחילה לא קלטנו במה מדובר, אז הבחנו שהמלוות הורידו נעליים ונעלו כפכפים שהיו מונחים בכניסה. כך עשינו גם אנחנו, חלצנו את הנעליים ונעלנו כפכפים שהיו מונחים בכניסה ובתחילה לא שמנו לב לכך. הן הובילו אותנו לחדר השירותים ושוב הן הסתכלו עלינו בפליאה. שוב שמנו לב לכפכפים שמונחים בכניסה לשירותים, ושהן חלצו את כפכפי הבית והחליפו לכפכפי שירותים. כך עשינו גם אנחנו. לאחר ההסברים כשיצאנו מהשירותים הן הורידו כפכפי חדר רחצה ונעלו כפכפי דירה. גם אנחנו עשינו זאת אחריהן. משם הן הובילו אותנו למרפסת וכאן שוב התקיים טקס החלפת כפכפים מנעילת כפכפי בית, לנעילת כפכפי מרפסת. חזרנו לדירה על ידי הורדת כפכפי מרפסת, נעלנו כפכפי דירה ואיתם נשארנו עד שהן עזבו את הדירה. כמובן שהן הורידו את כפכפי הבית ונעלו את נעליהן עם יציאתן. שמנו לב שטקס החלפת הנעלים והכפכפים מתקיים בכל מקום כולל גם במסעדות. המלצרים נועלים כפכפי מסעדה. כשהם נכנסים למטבח להביא את המנות הם מחליפים לכפכפי מטבח, ושוב לכפכפי מסעדה. הם עושים זאת כמו מכונה בטבעיות, ביעילות ובמהירות מדהימה.

בזה לא תמה המוזרות שלנו וההפתעות. כשבאנו לדירה, הפקידה הסבירה לנו על נוהל השימוש בחדר הרחצה וכמובן על השימוש בבית הכיסא. לא בדיוק הבנו, אבל על המכסה היו הסברים ביפנית עם ציורים כיצד מפעילים את בית הכיסא. לא ידענו וגם לא הבנו את ההסברים ואז התחלנו במסכת של טעויות ובתיקוני טעויות עד שלמדנו מתי משפריצים לתחת ומתי לאזור אחר ואיזה כפתורים לוחצים כדי לקבל את הפונקציה הרצויה כמובן עם טמפרטורה שמתאימה לאזור ההשפצה. הכיסא דמה בעינינו ללוח מחוונים של מטוס. לקח קצת זמן ולמדנו להפעילו ואם לומר, נהנינו יותר מלהשתמש בניירות טואלט.



בית שימוש יפני

פירורי ייכהזמה



באוקינאו'ה נמצא כפר אחד בשם Ogimi שבו תוחלת החיים נחשבת לארוכה ביותר בעולם. המארח שלי לקח אותנו לבקר בכפר שנמצא על שפת הים. ביקרנו בדיור מוגן בו פגשנו נשים בנות מאה!!! מצאנו אותן עובדות בחממה לגידול הירק דמוי המלפפון בשם גויה - Momordica charantia, הן מרסקות את הפרי ושותות אותו כמיץ מר כלענה. הן טוענות שהמיץ הזה שומר על בריאות הגוף וכמובן מאריך ימים בבריאות טובה.



רעייתי נילי שותה מיץ גויה בשוק באוקינאו'ה



פרי הגויה, מכינים מיץ מכל הפרי כשהוא ירוק

לסיום החוויות, סיפור ברוח ימים אלו. בשנת 1994 יצאתי לשבתון לאוניברסיטה של מערב סידני באוסטרליה. הממשלה האיראנית שלחה 40 סטודנטים מצטיינים ללמוד לדוקטורט בפקולטה לחקלאות של אותה אוניברסיטה. הייתי במחלקה להורטיקולטורה (בוסתנאות) שם פגשתי סטודנט איראני בשם נאסר עבדי, שעבד על הדוקטורט שלו. עם בואי הוא הסתייג ממני. היו לו בעיות עם מכשירים מדעיים וניתוח נתונים שהתקבלו מהם, עזרתי לו לפתור בעיות אלו. עם הזמן הוא התרכך ופעם אמר לי שהוא רוצה לשוחח עימי וסיפר לי את הדברים הבאים: באיראן לימדו אותם מילדות שהיהודים ובמיוחד הישראלים הם השטן בהתגלמותו. כולם אנשים רעים, אגואיסטים, מנצלים את הזולת וישמחו להתעלל בו. לכן כשהוא שמע שאני מגיע למעבדה, זה עשה לו מצב רוח רע. להפתעתו הוא ראה יהודי-ישראלי שדומה בצורתו החיצונית לאביו!! עם הזמן הוא ראה שאני בדיוק הפוך למה שהוא למד באיראן, והפכנו להיות חברים טובים. הוא הזמין אותנו לביתו, רעייתו בישלה עבורנו אוכל איראני מעולה. בבית לא היה שולחן, ישבנו לאכול בישיבה מזרחית על שטיח ואכלנו בידיים. לאחר הארוחה הסברנו להם שאם ברצונם להגר לאוסטרליה (כך היה עם 39 מתוך 40 הסטודנטים שהגיעו מאיראן) עליהם לאמץ אורח חיים אחר. בפעם השנייה כשהוזמנו אליהם (זאת לאחר שהם היו אצלנו לארוחת יום שישי עם קידוש!) הם רכשו שולחן אוכל, כיסאות וסכו"ם. נשארנו ידידים עד היום.

פירורר, זיכרוןות





מרים שרור בת 90: 'העבר מאחוריה, היא צופה אל הפאות' (נעמי שמר)

מראינת

ציפי רובין

מרים נולדה בשנת 1935 במרוקו בעיר ספרו המכונה בערבית 'הגן של מרוקו' הודות לצמחייה המגוונת ולשפע המים בה ובסביבותיה. היא גדלה במשפחה דתית ששמרה בקפידה על המסורת, על שמירת שבת, הדלקת נרות ותפילה בבית הכנסת. מרים היא הבת הבכורה במשפחה שמנתה שמונה ילדים (הבת התשיעית נולדה בארץ ולכן נקראה 'ניצנה'). לאביה הייתה מכולת שכונתית, והאם - "מלכת הבית, האכילה הרבה ילדים, אורחים ומבקרים".

גן ילדים לא היה בשכונה ולכן מסכת לימודיה של מרים החלה בבית ספר כללי ששפת הוראתו הייתה צרפתית. אחר הצוהריים היא הלכה למעין מועדון יהודי שהיה ממוקם ליד בית הכנסת, שם למדה עברית עם ילדי השכונה היהודים.

עם סיום לימודיה מרים בחרה ללמוד סיעוד. הדבר התאפשר כאשר כמה מחברותיה החליטו גם הן ללמוד את המקצוע. הלימודים התנהלו במרפאות הרפואיות שבעיר מגוריהן, בהן התקיימו הלימודים התיאורטיים והמעשיים כאחד. המרפאות פעלו בחסות ארגון אוז"ה (OSE) - מפעל הסיוע לילדים), ארגון הומניטרי יהודי שהוקם בשנת 1912 כארגון בריאות יהודי וסייע לאלפי ילדים יהודים פליטים בתקופת מלחמת העולם השנייה. במשך שנתים מרים שקדה על לימודיה ולמדה את תחום הטיפול באישה ההרה, הלידה, התינוק, הפעוט והילד בגיל הרך. בת 17 היא סיימה את לימודי הסיעוד והחלה לעבוד באותן מרפאות כאחות טיפת חלב בתחנה לאם ולילד. בתחנה צברה ותק של ארבע שנות עבודה עד שעלתה עם משפחתה ארצה.

בנובמבר 1955, המשפחה הגדולה, הורים ושמונת הילדים (בארץ נולדה כאמור הבת התשיעית) הגיעו לבאר שבע, היישר למעברת 'נווה נוי'. הם קיבלו שני צריפים מרוצפים ובהם שירותים צמודים! בהחלט חידוש באותם ימים בהשוואה למעברות אחרות ברחבי הארץ. ארבעה חודשים לאחר העלייה, מרים התקבלה לעבודה במשרד הבריאות כאחות טיפת חלב. יתרה מזאת, שם היא הכירה את בעלה לעתיד, מאיר שרור, שעבד כנהג והיה תברואן ראשי - אחראי על כל מערך הדברת המלריה בנגב מאשקלון ועד אילת.

מרים שובצה לצוות נודד של רופאי ילדים ואחיות בריאות הציבור, שנסעו לתחנות טיפות חלב ברחבי הנגב והפיצו את עקרונות הרפואה המונעת. אלה היו 'האחיות בירוק' של לשכת הבריאות בנגב, והן כונו 'אחיות ירוקות' בשל מדיהן הירוקים. עבודתה של מרים, כמו גם עבודתן של כל 'האחיות הירוקות', הקיפה את כל שטחי העבודה לאם ולילד, החל מטיפול באישה ההרה לפני הלידה ולאחריה, טיפול בתינוק ובפעוט, טיפול בילדי הגן ועד ילדי בית הספר. האחיות היו אחראיות גם על מתן חיסונים, הנחלת הרגלי בריאות והיגיינה, ייעוץ והדרכה בנושאי הנקה,

פירורי זיכרונות

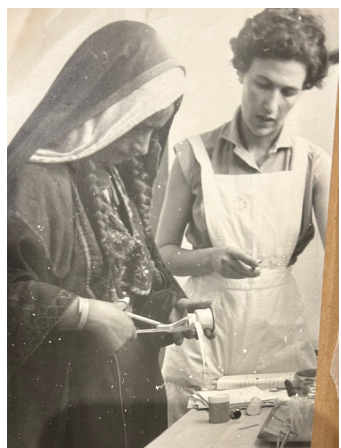


תזונה, ניקיון, במיוחד בקרב משפחות נחשלות. כיצד נעשתה העבודה באותם ימים? לכל קבוצת 'אחיות ירוקות' הוצמד נהג אשר היה אוסף אותן בבוקר ומפזר אותן במושב הנגב כל אחת בתחנתה. בנוסף, כל אחות יצאה גם לביקורי בית. הביקורים איפשרו להן לעקוב אחר הטיפול היומיומי של האם בתינוקה, לייעץ ולהדריך את האם באופן אינדיווידואלי בביתה ולהנחות אותה בכל הקשור בטיפול בתינוק במסגרת המשפחה.



מרים ויוסרה בפאלאס, 12.3.26

בדצמבר 1956 מרים נישאה למאיר שרור והם הקימו את ביתם בשכונה א' בבאר שבע. שנה לאחר מכן, בעוד בעלה נמצא בטבריה בקורס בנושא המלריה, כרעה מרים ללדת בבית החולים 'הדסה' (לימים, סורוקה), ורק לאחר הלידה היא בישרה לו כי נולדה בתם הבכורה, אורלי. אחריה נולדו סמדר ז"ל, אופיר וקרן.



מרים בפעולה

בשנת 1957 מרים שובצה לעבודה בצוות נודד שבראשו עמד הרופא הנודע ד"ר בנימין בן-אסא, הרופא הממשלתי לבדואים בנגב, שפעל רבות לקידום הרפואה בקרב שבטי הבדואים והקים מרפאות עבורם. מרים עבדה עם הרופא במרפאה של משרד הבריאות ברהט, וכעבור שנה כאשר הוקמה תחנה לאם ולילד הראשונה ברהט, היא הועברה אליה. במשך 12 שנים מרים העניקה שירותי בריאות לאימהות הבדואיות, הן בתחנה והן באוהליהן. לימים, כאשר מרים הגיעה לפאלאס להבים, זיהתה אותה אחת ה'מטופלות' שלה, יוסרה מהקפיטריה שלנו, ואמרה: "זאת האחות שנתנה לי זריקה".

13 שנים נוספות עבדה מרים בתחנה לאם ולילד בדימונה לשם נסעה כל בוקר עם קבוצת 'אחיות ירוקות' במיניבוס, כשהנהג מפזר אותן כל אחת בתחנתה. בשנת 1985 עברה מרים עם משפחתה להתגורר במיתר והמשיכה לעבוד רק בבאר שבע בכמה תחנות לאם ולילד עד יציאתה לגמלאות. מתקופת עבודתה בבאר שבע,

מרים זוכרת מקרה נחמד שאירע לה: באחד הימים היא נהגה במכוניתה בעיר ועברה בלי-משים על אחד מחוקי התנועה. שוטר תפס אותה ועמד לרשום לה רפורט. תוך כדי דפדוף בתעודת הזהות שלה, הוא ראה את תמונתה במדים הירוקים וזיהה אותה כאחות שחיסנה אותו: "את האחות שחיסנת אותי בטיפת חלב". הוא ביטל את הרפורט תוך אזהרה: "להבא, תיזהרי בדרכים".

מרים פרשה לאחר 44 שנים של עבודה סיעודית חשובה, מעניינת ומאומצת, הן בקרב האוכלוסייה היהודית והן בקרב האוכלוסייה הבדואית ברחבי הנגב, ותרמה לקידום העבודה הבריאותית בקרבם. עם יציאתה לגמלאות מתחילה תקופה חדשה בחייה. היא נסעה עם בעלה לטיולים בעולם, טיפלה בנכדים ונהנתה מחיי משפחה עד מותו. בהשפעת נעמי ממון, חברתה משכבר הימים, שהייתה כבר דיירת בפאלאס, מרים הגיעה לפאלאס להירשם, אך באותו יום



פירורר, זיכרוןות



היא התבשרה שבתה חלתה, ולכן ביטלה את כל תוכניותיה. שמונה חודשים לאחר מכן כאשר הבת נפטרה, החליטה מרים לחדש את ההרשמה, לעבור לפאלאס ולא לשקוע באבל: "חשבתי שהכי טוב להיות בין חברים, ובאתי לפה".

משנת 2022 מרים מתגוררת בפאלאס. בשנת 2025 היא חגגה את יום הולדתה ה-90 כשהיא מוקפת בילדיה ובנכדיה. מרים חגגה יחד עם הנכד החייל, יהלי שרור, שמלאו לו 20. יהלי היה נכד אהוב במיוחד. הוא היה חייל ביחידת יהל"ם ונהג לבקר את מרים בדירתה בפאלאס יחד עם חבריו, ומרים נהגה להכין להם חבילות עם מטעמיה. יהלי הגיע לחופשת שבת והוא נקרא לחזור לפעילות מבצעית בעזה. זו הייתה הפעם האחרונה שמרים ראתה אותו.

סמ"ר יהלי שרור, לוחם ביחידת העלית יהל"ם של חיל ההנדסה הקרבית, נפל בקרב גבורה בדרום רצועת עזה ב-3 במאי 2025. בן 20 היה בנופלו!



מרים והנכד יהלי שרור הי"ד



יום הולדת - 90 למרים, 20 ליהלי (מסומן בחץ)

מרים שקעה באבל כבד ורק הודות להולדת שלושת ניניה בארצות הברית, היא הצליחה להתאושש. שתי בנותיה ילדו, האחת - תאומות, והשנייה - בן. בעודן בהריון, מרים הבטיחה לבוא ולסייע באמבטיה הראשונה ובטיפול בתינוקות. ואכן,

מרים קיימה את הבטחתה ונסעה למיאמי: "זה מה שהוציא אותי מהאבל, אבל כמובן יהלי יישאר בליבי תמיד!"



מרים שרור (מימין), אחותה רנה עובדיה ומנכ"לית פאלאס חגית משעולי

מזה ארבע שנים מרים מתגוררת בפאלאס. היא דאגה להביא לכאן את אחותה רנה עובדיה. מרים נהנית מחברת חברותיה, שאחדות מהן עבדו איתה במשך שנים רבות במשרד הבריאות. נעמי ממן היא חברתה מאז עלייתן יחד לארץ ועבודתן המשותפת כאחיות בריאות הציבור - "שבעים שנה!" מדגישה מרים. היא משתתפת בפעילות השוטפת בפאלאס, יוצאת לטיולים, שומעת הרצאות, אך בעיקר היא אלופת הרמיקוב. עד מאה ועשרים!

פירורי זיכרונות



המכתב לבן-גוריון ששינה את חיי

מאת

עופרה אלדור



נולדתי בפרס בשנת 1942 בשם אופרה משלא. בשנת 1950, בהיותי בת שמונה, עלינו ארצה והגענו לשער העלייה, משם נשלחנו למעברה בפרדס חנה. חווינו חבלי קליטה קשים. גרנו משפחה של תשע נפשות בתנאי קיום מחפירים: באוהל ללא חשמל ומים זורמים, מיטות ברזל, צפיפות וקור. אבא עבד בחקלאות ואנחנו הילדים למדנו בבית הספר במשמרות. אחרי שנה עברנו למושב 'אליכין' בעמק חפר, קיבלנו פחון למגורים ושוב חווינו תנאי עוני, צפיפות ותברואה ירודים, בהמשך כאשר עברנו למבנה קבע, הוטבו תנאי המגורים. למדתי בבית ספר ממלכתי-דתי רמב"ם אחר הצוהריים, ובבוקר עבדנו, אני ואחיי, בחקלאות במושבי הסביבה. לאט-לאט השתלכתי בבית הספר ובכיתה ו' אפילו נבחרתי לוועד התלמידים.



אבא עבד רק שבועיים בחודש, ומשכורתו לא הספיקה לכלכל תשע נפשות. בוקר אחד אבא קם, זרק את המחברות שלי ואמר: "את צריכה ללכת לעבוד ולהביא גם פרנסה". הייתי בסך הכול בת 12 ורציתי ללמוד. בכיתי נורא, לא ידעתי למי לפנות לבקש עזרה. ברוב תמימותי, כתבתי מכתב לדוד בן-גוריון, שהיה אז ראש הממשלה, וסיפרתי לו על המצב הכלכלי הקשה בבית, על רצוני להמשיך ללמוד ועל חלומי להיות אחות. סיימתי את המכתב במשפט:

"הוד מעלתך, ראש הממשלה מר דוד בן-גוריון, אם אתה לא יכול לעזור למשפחה בת תשע נפשות, איך אתה מחזיק מדינה?!"

לא ידעתי לאיזה כתובת לשלוח את המכתב, פשוט כתבתי על המעטפה "לכבוד ראש הממשלה" ושלשלתי את המכתב לתיבת הדואר. לאחר זמן קצר קיבלתי תשובה: "העניין בטיפול". כעבור שבועיים נוספים הגיעה לביטנו עובדת סוציאלית לבדיקת המצב, וכמובן היא סידרה שאחזור ללימודים ולאבא - לקבל עבודה חודשית, בנוסף קיבלנו גם סיוע כלכלי.

היום, במבט לאחור, אני מאמינה שהמכתב שכתבתי לבן-גוריון מסמן את התפנית בחיי, שכן בזכות התערבותו (או אנשי משרדו) הצלחתי להגשים את עצמי, המשכתי ללמוד, סיימתי תיכון, עברתי לירושלים ללמוד סיעוד, סיימתי בהצלחה את הלימודים ונשלחתי לעבוד כאחות בריאות הציבור במושבי העולים בהרי ירושלים. עם נישואיי בשנת 1963 עברתי לבאר שבע, התקבלתי לעבודה בלשכת הבריאות ועבדתי במגוון תפקידי סיעוד במשך 40 שנה. אני אימא ל-3 ילדים וסבתא ל-10 נכדים. על זה אני אומרת: "שלח לחמך על פני המים..." או נכון יותר, מנקודת מבטי, "שלח מכתבך..."



פירורר, זיכרון



אני ומלחמות ישראל



את

אלמה גנני-גל

ב-31 במאי 1948, בשיאה של מלחמת הקוממיות, במהלך עשרת הימים שבהם הופגזה ירושלים, נסעה יולדת במשוריין לבית החולים 'ביקור חולים', שכבה מתחת למיטה עם צירי לידה עד שילדה. היולדת היא אימי דבורה, הנולדת - זאת אני. זכיתי להיוולד עם המדינה למשפחה ירושלמית, דור שביעי בארץ.

באוקטובר 1956, בהיותי בת שמונה, בעודי מטיילת לבדי ליד ביתי בשכונת 'בית הכרם' בירושלים, פילחה את האוויר אזעקה מחרישת אוזניים. אני, ילדה קטנה, הבנתי שמהו נורא מתרחש, נצמדתי לגדרות האבן שעל יד הבתים, כמו שראיתי אנשים עושים, ונגררתי כך עד ביתי. בדיעבד, התברר לי, שצה"ל יצא ל'מלחמת סיני'.



ב-5 ביוני 1967 כאשר פרצה 'מלחמת ששת הימים', שירתי כחיילת מן המניין, 'ילדה' בת 18 בצבא ההגנה לישראל. הבסיס שלי היה ממוקם במבואות עזה. זכור לי, שיחד עם חברי חפרנו שוחות לתוכן קפצנו בזמן האזעקות, כולי אחוזת פחד ורעדה.

ב-6 באוקטובר 1973 פרצה 'מלחמת יום הכיפורים'. המלחמה 'תפסה' אותי כשאני בהיריון בחודש תשיעי עם בני בכורי יובל. בעלי, אורי, גויס מייד בשעה שתיים בצוהרי יום הכיפורים. הוא חזר מהמלחמה אחרי שמונה חודשים לאחר שירות בתעלת סואץ. ילדתי במלחמה לבד, ללא בעל, בבית החולים 'הדסה עין כרם'. לא אשכח לעולם, שבעת שוכבי עם צירי לידה, הגיעה, ממש כמו 'רכבת אווירית', שיירה של אמבולנסים צופרים בלחץ. הם הסיעו חיילים פצועים ישר משדה הקרב. זכור לי שלא התלוננתי, שכבתי ונשכתי שפתיים, אבל ידעתי שאני יולדת ומסביבי חיילים פצועים. היה ברור שהם סובלים יותר ממני. במשך המלחמה, הרגשתי 'אימא קרבית', מגדלת לבד-לבד בתנאי מלחמה תינוק ראשון. הייתי נחוצה מאוד בעבודה, לכן גם התארגנתי לחזור במהירות לעבוד.

לצערי, במלחמות לבנון, נלחם כבר יובל בני הבכור, שגדל כה מהר, ממש 'כחץ מקשת'. והיום, כבת הגיל השלישי, חוויתי בעורף-העם את הטבח הנורא מכול של ה-7.10.23, ואת המשכו במלחמות ובמבצעים (עם כלביא, שאגת הארי), שפרצו בעקבותיו להצלת ארצנו, חיינו ועתידנו.

נרפד: משלנו



ימים שחלפו - לא ישובו עוד



מאת

דן קליר

קמתי הבוקר עם תחושה מוזרה. ברכי הקדימו אותי למטבח בחמש דקות. אני עדיין במסדרון והן - כבר חיפשו כיסא. פעם קמתי בקפיצה - היום, במשא ומתן.

ניצבתי מול המראה וניסיתי להיזכר 'מי האיש שהתבונן בי, הוא נראה מוכר, אבל משום מה תמיד שוכח למה נכנס לחדר'. שאלתי אותו בליבי, 'איפה הימים ההם?' והוא החזיר לי מבט ללא אומר, 'בדיוק איפה שהשיער שלך'.

בעבר, אכלתי בלי לתת לעצמי דין וחשבון, היום - אני חושב כל כך הרבה לפני נטילת הכף הראשונה, עד שלבסוף אני שוכח לאכול.

בעבר, רצתי אחרי אוטובוס ההסעה, היום האוטובוס מחכה... בעצם לא, אבל אני מספר לעצמי שכן, כדי להרגיש טוב יותר.

פתחתי מגירה ובה מכתב ישן שכתבתי לעצמי - קראתי והתרגשתי. איזה אדם חכם כתב את זה?! אחר כך הבנתי שזה אני, נרגעתי. כנראה שלא הכול אבוד. יש משהו מנחם בימים שחלפו. הם כבר לא יחזרו, אבל גם החשבונות מאז לא יחזרו, והטעויות הגדולות שעשיתי כבר עייפות מלרדוף אחריי. הזיכרונות, לעומת זאת, יושבים לי על הספה, שותים קפה בלי לשאול, וצוחקים עליי שאני עדיין מתרגש מהשטויות הקטנות שביצעתי בעבר.

אז כן, ימים חלפו - לא ישובו עוד! עברתי לדירה בדור מוגן בה אפילו את התמונה אותה אני רוצה לתלות, יש לבקש ממישהו שיתקע מסמר בקיר. ואת אותה נורה שנשרפה, אני צריך לבקש בדחילו ורחימו שיחליפו.

ימים שחלפו - לא ישובו עוד! אני כאן עם חיוך עקום, עם עבר שמדי פעם צובט, ועתיד שמעדיף למהר.

אם למדתי משהו, זה שכדאי לצחוק עכשיו... מי יודע, מתי שוב אזכור למה התחלתי לספר את הסיפור הזה?

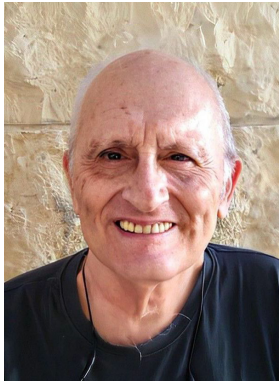


"הרמן סס, אבא זוכר מהר" (אליס ווקר, סופרת אמריקאית)

נרפך מישראל



השיר של אהבתי הראשונה



מאת

פרדי כהן יונתן

היא בלטה ביופייה. תמירה עם עיניים כחולות. שיער בלונדיני וחלק הגולש מעבר לכתפיה. היא צעדה זקופה בראש הטור של בנות "בית עציון". הצעידה שלה הביעה נחישות ועיקשות כיאה לציונית גאה. אנחנו, בנות ובנים, מ"בית יבנה", צעדנו גם אל עבר הרחבה. קבוצות נוספות התקרבו אל אותה רחבה מול הטירה. כולם שרים בהתלהבות שירי תש"ח בקולי קולות. לבסוף מגיעים לטקס הנפת הדגל. כל ילדי הקבוצות דרוכים ועומדים דום. זה היה בקיץ 1956, במחנה-מעבר 'קאמבוס' שבדרום צרפת, הממוקם כעשרה קילומטר מן העיר מונטפלייה (Montpellier). המחנה מאוכלס בילדי עליית הנוער מצפון אפריקה שעתידים לעלות לישראל. השהות הקצרה במחנה נועדה ללימוד השפה העברית ולהכנים לחיים החדשים בפנימיות החינוך של עליית הנוער, אליהם יישלחו עם הגיעם ארצה.



הטירה ב'קאמבוס' שבה שוכנו הילדים

מבטי לא מש ממונה, מזיו פניה, מעמידתה הזקופה במכנסיה הקצרים ומשערה המתנופף קלות ברוח. שמה רות, בת גילי, שתים עשרה וחצי. כשראיתי אותה הרגשתי מין הבזק חשמל שהאיץ את הלמות ליבי. כל כך רציתי להתקרב אליה, אבל איך? ומה לומר לה? האם היא בכלל תענה לי?

מכניסים אותנו לטירה ומארגנים לנו, החדשים, כיתות ללימוד עברית. המזל האיר לי פנים; שובצנו באותה כיתה - ואפילו ליד אותה שולחן. כל כך נעים לשבת במחיצתה ולהתבונן בה. אני שם לב כמה היא יפה וגם חכמה. אנו משעינים את ראשינו על השולחן, מחייכים ומתלחשים. מבטי חודר עמוק-עמוק אל תוך כחול עיניה. בסיום כל שיעור נשמעת חריקת כיסאות שמוציאה אותנו מערפול החושים.

קרבתה של רות הפכה את שהותי ב'קאמבוס' לנעימה במיוחד. אפילו מזג האוויר חיך אלינו. הייתה זו עונת הבציר ומשאיות עמוסות אשכולות של ענבי יין חלפו ליד הטירה. ישבנו יחד על האבן הגדולה הנקראת "פינת האוהבים", מתבוננים בשקיעה האדמדמה ונושמים את סוף הקיץ. רות העדיפה לשבת לידי ולדבר מאשר לשחק משחקי ילדים. היינו מתלחשים ומשוחחים על השינוי הגדול המתחולל בחיינו ועל הגעגועים למשפחה.

זרפך משלנו



האם זו רומנטיקה? הצחקוקים של הילדים מסביב ודברי הרכילות הנלווים, אישרו זאת מעל לכל ספק. אבל אני לא הייתי זקוק לאישור כזה - הרגשתי את זה בעצמי. ההוכחה הניצחת של אהבתה של רות אליי הייתה השיר ששרה לי. שיר צרפתי דווקא, על אף היותה ציונית נלהבת. שיר של שארל אזנבור, שהיה להיט גדול באותה תקופה:

Sur ma vie / Je t'ai juré un jour / De t'aimer

("בי נשבעתי שאוהב אותך עד סוף ימיי")

השיר חילחל ישר אל תוך ליבי.



פרדי מנופף לשלום לבני משפחתו בצאת ההפלגה מנמל טוניס, 1956

קיץ נעים בחיי הולך ומסתיים. רות מפליגה ארצה כשבועיים לפניי. כך שנינו נסחפים אל כיוונים שונים בחיינו ונפרדים בשקט-בשקט. בהגיעי ארצה ניסיתי לאתר אותה. שלחתי אליה מכתבים, אך הם נותרו ללא מענה. נסעתי לכתובת שנמסרה לי, אך היא כבר לא הייתה שם. הזמן החולף עשה את שלו: צבא, אוניברסיטה, מלחמת ששת הימים. מפעם לפעם השיר המשיך להדהד בראשי: "בי נשבעתי שאוהב אותך עד סוף ימיי". הייתי חושב עליה ותוהה, איפה היא? מה היא עושה עכשיו? והשיר "בי נשבעתי..." המשיך להרטיט את ליבי.

והינה באקראי אני יעד לשיחה חולפת בין שני סטודנטים המוכרים לי. הם מזכירים את רות, כן אותה רות, אהבתי הראשונה, ש... נהרגה בתאונת דרכים. צער גדול תקף אותי, הלב נשבר, הרגשה של חוסר מנוח. רק לאחר זמן יכולתי לחזור לימי השגרה. מאז, עם השנים, השיר "בי נשבעתי שאוהב אותך עד סוף ימיי", ממשיך להרעיד את ליבי.

(השיר של אהבתי הראשונה) La chanson de mon premier amour





פגישה

מאת

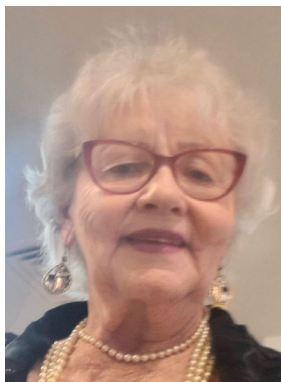
משה תובל

"אהלן, אהלן, מוישיק".
 "אהלן, שייקה... אהלן, יהודה'לה".
 "ואוו, כמה זמן לא התראינו?"
 "המון, המון שנים..."
 "אולי יותר מחמישים שנה מאז היינו נערים בקיבוץ".
 "לא להאמין, איך שהזמן רץ".
 "מוישיק, מוישה'לה, ספר מה שלומך?"
 אישה, ילדים, יש? ממשיך לצייר?"
 "כן. אישה, ילדים, נכדים גם, אלה הם החיים".
 "מוישה'לה, למה אתה פתאום נבון?"
 "כי אתם ממשיכים לקרוא לי 'מוישה'לה', 'מוישיק'. נו, באמת, אנחנו עדיין נערים בקיבוץ?"
 "נכון, גם לי מזמן לא קוראים שייקה, קוראים לי ישעיהו".
 "ואני יהודה, בלי 'לה'..."
 "אוקיי, יקירי, יהודה... ישעיהו..."
 זוכרים איך הלכנו מכות עם הקבוצה היריבה בכדורגל?"
 "זוכרים, זוכרים".
 "והעונש שקיבלנו כשחבנו עופות מהלול, זוכרים?"
 "זוכרים, שבוע שלם לשטוף סירים במטבח. שובבים גדולים היינו".
 תגידו, איך קרה שאנחנו נפגשים היום אחרי כל כך הרבה שנים שלא התראינו? ולמה אתם מחייכים?"
 "כי מזמן אנחנו לא פה. אתה יודע, מחלות, לא יצאנו מזה, אנחנו מזמן בשמים".
 "אתה גם כמעט, מלחמות, ניתוח מעקפים. אבל אתה יצאת מזה, אנחנו לא".
 "רגע, רגע, שייקה, יהודה'לה, מה, אתם לא בחיים? והפגישה הזאת? איך?"
 "הפגישה בזיכרון, משה, בזיכרון..."

נוסף: משלנו



נכדים זה שמחה



מאת

מיכל תירוש

(מוסיקה) 'קול ששון וקול שמחה, קול חתן וקול כלה' נכדים זה שמחה, גאווה וברכה. כל אחד מהם מאיר את עולמך. וכמה חוכמה...! ימים, שבועות, חודשים ושנים הם גדלים - ואנחנו גדלים איתם. הם לומדים - ואנחנו לומדים סבלנות ואיפוק. הם מתגייסים - ואנחנו לא ישנים בלילות. הם נוסעים בעולם - ואנחנו מקבלים דרישות שלום. ואז... חבר / חברה, ופתאום חתונה!



(מוסיקה) 'עוד ישמע בהרי יהודה... קול חתן וקול כלה' זמירות חדשות, כל מיני עניינים (סבתא וסבא לא מתערבים): איפה האירוע? מה לובשים? כמה מזמינים? את מי? ולמה לא? אבל מה הייתם אומרים, אם היו לכם: תמר, אופק, ינאי, אוהד, אסף, לי - שש חתונות תוך פחות משנה?! וכל אחד פנינה, וכל אחד נשמה ולכל אחד מגיע עולם ומלואו. אז ברכות, דרך צלחה לזוגות החדשים אנחנו את שלנו עשינו. ועכשיו אנו נחים.



3 חתנים, כלה אחת ומיכל - סבתא גאה

נרפך משלנו





הקונצרט

מאת

בתיה פונדה

"Dunkel, wie dunkel" - "חשוך, כה חשוך..." היא שרה לעצמה את השיר של ברהמס, ושוב, כמו בכל פעם, הדמעות עלו בגרונה. הרומנטיקה האיטלקית של השיר - המלים, הסולם המינורי, הפעימה הבלתי פוסקת, הקו המלוודי שמתחיל ממעמקי חוסר הוודאות ועולה לשיא הגשמת האהבה - עמדה בניגוד כה חזק לנישואיה הפושרים.

היא כל כך רצתה לשיר על הבמה, לגרום לאנשים אחרים לחוות את הרגש העז שהמוזיקה תמיד עוררה בתוכה, אך שוב ושוב הקהל חזר הביתה, אדיש.

לבסוף, היא מצאה מורה שהבטיחה לעזור לה. "שירה קלאסית שמתבצעת בלי להסתמך על מיקרופון היא שיא האומנות", אמרה המורה, "את לא יכולה לעלות על הבמה ולצעוק איזושהי מנגינה יפה בתקווה שהקהל ייחנה מהקול שלך".

היא הבינה את המסר, והתחילה לתרגל תרגילי נשימה, סולמות, מרווחים, תהודות חזה, תהודות ראש... ושוב היא שרה את המילים שהיו כה משמעותיות עבורה: "Werde die Liebe getrennt so geschwind?" - "האם אהבתנו תיקרע לגזרים?" ושוב הקהל עזב את האולם, אפאתי, שווה נפש.

"היית צריכה להכין את המרווח מראש, יקירתי", התעקשה המורה, "לקחת נשימה עמוקה, לתמוך בה עם הסרעפת ולחשוב היכן למקם את התו. על כל הפרטים האלה חייבים לחשוב מראש".

החודשים חלפו והיא השקיעה יותר ויותר במורכבויות של הפקת הקול. אבל כישלון רדף כישלון; הניצוץ קורע-הלב שהיה אמור להיווצר מביצוע השיר, סירב להידלק.

"את לוחצת על התווים העליונים, יקירתי", נזפה המורה. "את מאלצת את התו להישאר איתך כי את רוצה ליהנות ממנו. אבל, יקירתי, תפקידך הוא להכין את התו מראש ואז לשחרר אותו, ללא מעצורים".

הקונצרט הבא היה קריטי. הקהל היה בקיא, בעל הבחנה ובדרך כלל אכזרי. היא עלתה על הבימה בידיעה ברורה שאחרי כל כך הרבה התחלות חדשות, כישלון בשלב מתקדם זה בחייה משמעו סוף כל התקוות לקריירת שירה. הפסנתרן המלווה פתח את דף

נזפה: משלון



השיר, הביט בה והניח את אצבעותיו על גבי הקלידים. המנגינה החלה עמוק בחזה ועלתה בהדרגה עד למרווח המכריע שהוכן מראש בקפידה רבה. כעת הפסנתרן מציג את הקצב המואץ של הנושא השני. המלודיה עוברת לסולם מז'ורי, אופטימיסטי. פיאניסימו צלול עף בחופשיות לשורה האחרונה של האולם. המנגינה נתמכת הפעם על ידי נשימה מבוקרת, עד שתו השיא האחרון מתנשא אל התקרה הגבוהה של האולם.

הקהל הריע באקסטזה וההתלהבות הדהדה בחזרה אליה. מבקרי הקונצרט קמו על רגליהם, מחאו כפיים ודרשו הדרן. "אני יודעת לעשות את זה!" היא קראה לעצמה. "אני יכולה לרגש את הקהל!"

ההתלהבות ורגשי הניצחון ליוו אותה בהגיעה הביתה, ישר לחדר השינה. "הקהל יצא מגדרו," התגאתה בפני בעלה.

"יפה," הוא מלמל, הדביק נשיקה על הלחי, ופנה חזרה לצידו במיטה.

דממת החדר השתיקה בהדרגה את התווים שעדיין נשמעו בתוכה. היא זחלה לפינת המיטה שלה, זמזמה את תיבות הפתיחה... אבל דמעותיה יבשו.



נרפך משלנו





מעשה באבן

מאת

משה פרג

אני אדם סקרן. בין היתר אני מתעניין בשאלות, כגון: האם העולם מתנהל באופן דטרמיניסטי? האם יש בעולם מקריות? האם לאדם יש בחירה חופשית? דוגמה סתמית: אתם מטיילים בחו"ל. אתה מספר לרעייתך על אדם נחמד שהכרת במסגרת עסקיך ואומר לה שהיית רוצה להכיר לה אותו. והנה לאחר חמש דקות הוא מופיע מולכם על המדרכה. תאמרו... יד אלוהים? מקריות? אינטואיציה?

אינני מאמין באלוהים; אפשר לומר שאני אתאיסט, ולכן אני לא מאמין בדטרמיניזם ולא ביד אלוהית. אם כך, איך תסבירו את המקרה הבא?

בשנת 1990, כשבני הבכור מרדכי למד במדרשת בן-גוריון, יצאנו לטיול כיתתי של יום אחד בנגב. היה זה באחד מימי סוף האביב או תחילת הקיץ. אם אני לא טועה, היינו קבוצה של 50 איש ומעלה, כולל הורים מלווים. עברנו על פני הרים וגיאיות ובין היתר גם ואדיות רחבים. כמו תמיד, אני הלכתי בין הראשונים. מרדכי הלך בקבוצה האחרונה, מרחק 300 מטר מאחוריי. אחד התחביבים שלי בטיולים הוא להביט באבנים שעל הדרך ולחפש אבנים מיוחדות. אחדות מהן שמורות אצלנו בבית או במשרד.

בשעת צוהריים, משכה את עיני אבן חומה, אורכה כ-20 ס"מ, בעלת צורה מסובבת. היא שכבה לה באין מפריע בין אלפי האבנים בוואדי הרחב. הרמתי אותה והמשכתי הלאה. כשהבטתי בה שמת לי לב שהייתה חסרה לה חתיכה קטנה בקצה.

עברה בערך שעה והגענו למקום מנוחה. כשמרדכי הגיע, הוא ניגש אליי והראה לי אבן קטנה שמצא בוואדי. גודלה היה כשלושה ס"מ. לקחתי אותה ביד, ובמקביל הראיתי לו את האבן שאני מצאתי. תוך רגע קצר שמת לי לב ששתי האבנים הן למעשה אבן אחת.

האבן הקטנה התאימה בצורה מושלמת לשבר שבאבן הגדולה. הייתי המום. הסיכוי ששנינו נרים חתיכות של אותה אבן בין מיליוני האבנים שמילאו את הוואדי, הוא אפסי. שאלות רבות החלו מתרוצצות בראשי:

זוהי משלנו



1. הכיצד קרה, שאני ומרדכי מצאנו, בין אינספור האבנים שהיו זרועות בוואדי, את שתי האבנים שהתאימו זו לזו?
2. יתרה מכך, מילא האבן הגדולה יחסית שאני הרמתי, אבל כיצד זה שמרדכי נמשך לשבר הקטן של האבן, שממש לא בלט בין כל האבנים?
3. האם זו אך ורק מקריות?



4. האם למקריות זו יש קשר לעובדה שאנו אב ובן?
 5. מה זה אומר בכלל על המקריות בחיים?
 6. האם זו יד אלוהים?
- האם למישהו יש תשובה?
- למותר לציין ששתי האבנים שמורות מאז בביתנו, ובעיניי הן שוות יותר מהיהלום הגדול ביותר שאפשר למצוא.

פאלאס. הומורסקה

מאת

יעקב גל

באותו יום ג' הגיע הדייר ק' כהרגלו לשתייית הקפה של בוקר. מייד כשעבר בפתח, נעצר בחשש, בדק בג'י.פי.אס, שאל דייר מזדמן וניסה להבין לאן הגיע? השולחנות היו כמו אתמול, גם חלק מהיושבים היו מוכרים לו. אבל לא היה תור. וזאת לדעת, כי קפה של בוקר מורכב מחיזוכים, המהומים וספלים בגדלים שונים. אך בעיקר סוד טעמו של הקפה טמון בתור. התור לקפה ימיו כימי בית הקפה, ובתור נראים מחזות מגוחכים: הינה גברת ממהרת, בעוד חצי שעה יוצא השאטל, לכן עליה למהר; אחר הגיע ברוב יגיעה למקום השמיני, עליו לא יוותר; אחריו מישהו עצבני הממהר להגיע לכיסאו על מנת לשבת בו שעה ארוכה.

את פניו של הדייר ק' הקבילה מגישה חייכנית, ושאלה: "מקבל?" כלומר, האם אתה בתור? תשובתו לא איחרה לבוא: "לא". כלומר, לא מקבל ולא בתור. ברוב פירוט היא שאלה, גבינית, קצ'קבל, או שמא לחמנית עם טונה? כרגיל, השפע בלב את הדייר ק' והוא הפטיר במדויק בשארית כוחותיו "משהו". המגישה, שהכירה אותו זה מכבר, נתנה לו שקית ובה לחמנייה עם גבינה צהובה, קפה הפוך מלוא הספל וברכת בוקר טוב. הדייר התיישב בשולחנו הקבוע והחל את סדר יומו.



ציפור



מאת

צבי בוגר

בכל בוקר אני מעיף מבט דרך חלון המטבח אל ציפור גדולה הניצבת על קו הרכס ממזרח לביתי.

תיקון: כל בוקר, נכון. ציפור, לא. מדובר בעץ, שצורתו מזכירה ציפור העומדת על רגל אחת.

מה לי ולעץ בצורת ציפור?

אולי זו דרכי להאניש את הטבע, לחפש זיקה בין העולם הנצפה לבין הקיום האנושי. אחד הדימויים החזקים שנחרתו בזיכרוני הוא מתוך 'שר הטבעות' של ג'ון טולקין: עצים

גבוהים היורדים מן ההר ונחלצים לעזרת בני האדם במאבקם בכוחות האופל. גם בתרבות היהודית מיוחסת לעץ משמעות עמוקה: 'כי האדם עץ השדה', והאיסור להשחית עצים גם בימי מלחמה.

ובכל זאת, קיים הבדל עצום בתוחלת החיים של העץ, האדם והציפור.

בעת שבתון באוסטרליה פורסמה ידיעה על עצים בני אלפי שנים, ששרדו מתקופת הקרח האחרונה. כדי להגן עליהם, נשמר מיקומם בסוד, ועיני העיתונאים שהוטסו אליהם כוסו.

האדם, שתוחלת חייו 'עד מאה ועשרים',

מבקש להותיר זכר: בחניטת גופות הפרעונים ובבניית הפירמידות, בכתיבת ההיסטוריה בידי הרודוטוס ויוסף בן-מתתיהו, ואף במעשים קיצוניים שנועדו להבטיח זכירה. כך, למשל, נחרת שמו של הרוסטרטוס, ששרף מקדש מפואר, שהיה אחד מפלאי עולם, רק כדי שייזכר.

ואילו הציפור, קצרת ימים בהרבה, חיה בקצב מהיר של פעימות לב. איזיק אסימוב כתב כי מכפלת קצב פעימות הלב בתוחלת החיים נוטה להיות קבועה אצל יצורים חיים. לפי כלל זה, הציפור אמורה לחיות זמן קצר מאוד, ובכל זאת, היא חורגת ממנו.

ובבוקר, מול קו הרכס, העץ-ציפור עומד במקומו. שקט, יציב, חומק מהגדרות, ומזכיר לי עד כמה דקים הגבולות בין מה שאנו רואים לבין מה שאנו מבקשים לראות.



צילום: חדוה בוגר

נוסף: משלנו



כתב חידה: מי הדמות?



מאת

אשר גבוביץ

הדמות העלומה שלפנינו נולדה בסרביה בשנת 1893 במשפחה דתית-ציונית בת תשעה ילדים. אביה היה תלמיד חכם וסופר סת"ם. בשנת 1912 היא ואחד האחים עלו לארץ ישראל. לאחר שהיא עברה הכשרה כמורה בירושלים, היא לימדה בפתח תקווה שנת לימודים אחת בלבד, ועזבה כי במקום שררה אווירה דתית שלא הייתה לרוחה. באביב 1912 הוטל עליה לעבור לצפת ולפתוח בית ספר עברי לבנות וללמד בו, כדי לחסום את השפעת המיסיון שפעל באזור.

בעת עבודתה בצפת היא שמעה כי הילולת רבי שמעון בר יוחאי המסורתית במירון, התקיימה בנוכחות גברים בלבד, בנימוק שכמה עשרות נשים וגברים נהרגו באסון שהיה שם בשל עירוב נשים וגברים. מאז הרבנים החליטו שלנשים לא תהיה כניסה למירון במשך שבע שנים. היא החליטה לפעול כנגד ההחלטה ההזויה ועלתה עם מספר נשים נוספות למירון למרות החרם והאיסור שהטילו רבני צפת. הן עמדו בתוך ההמון הגברי, התערבבו בתוכו והשתתפו בהילולה. מאז הופר החרם ונשים חזרו לקחת חלק בהילולת ל"ג בעומר.

החל משנות ה-20 היא הייתה פעילה מאוד בתנועת הפועלות, בעיקר במאבק לשוויון בין המינים ביישוב. כמו כן פעלה נמרצות להשגת אישורי עלייה לרווקות.

היא הייתה חברה בוועד הפועל של ההסתדרות והצליחה להגשים חלום ישן, להקים ולנהל משק להכשרת פועלות בארץ ישראל.

מספר שנים היא עמדה בראש מחלקת העלייה של ההסתדרות ובמסגרת תפקיד זה היא ביקרה במחנות המעבר של שרידי השואה בגרמניה ובמחנות מעצר בריטיים בקפריסין.

לאחר שנים רבות של פעילות ציבורית היא נבחרה לחברת כנסת. כפעילה ותיקה למען זכויות האישה, שהכירה היטב את המערכת הפוליטית, היא פעלה לקידום חקיקה לשוויון נשים בישראל תוך התמקדות בחקיקה דתית.

מי הדמות?

יש לשלוח את התשובה אל ציפי רובין בוואטסאפ בלבד (0506331131)!

בין הפותרים נכונה תיערך הגרלה. הפותר נכונה שיעלה בגורל יזכה בארוחת צוהריים במסעדת פאלאס.

פתרון החידה מפאלאסטון 18

הדמויות העלומות הן אפרים צ'זיק ואחותו שרה.

מבין הפותרים והפותרות נכונה עלתה בגורל ציפי פרץ והיא זוכה בארוחת צוהריים במסעדת פאלאס. ברכות לכולם.

כתב חידה





זהבה הררי והסופר יובל אברמוביץ'

הספר 'מחר יהיה אחרת' מאת יובל אברמוביץ' (הרשימה, 2025)

ממליצה

זהבה הררי

'מחר יהיה אחרת' הוא רומן ישראלי עכשווי, אנושי וכואב, שנקרא בנשימה עצורה וממשיך להדהד גם אחרי שהדף האחרון נסגר. במרכז העלילה ניצבת איריס אבשלום, אישה בת 56, נשואה ואימא לשלוש בנות, שנראית מבחוץ 'מסודרת', אך מבפנים מרגישה עייפות עמוקה מן החיים, מהשגרה, מהתפקוד הבלתי פוסק כאם, סבתא, אשת קריירה ורעיה. העלילה נפתחת ברגע של משבר שמוביל את איריס למעשה קיצוני, שמערער את כל מה שהיה מוכר ויציב בחייה. מכאן היא יוצאת למסע רגשי אל מול צלקות העבר, האובדן הגדול של בתה שמלווה אותה, שאלות כואבות על בחירות החיים שעשתה ועל מי שהיא רוצה להיות מכאן ואילך. למרות שהספר נוגע ברגעים קשים, הוא אינו נופל לייאוש מוחלט, אלא מלווה בתחושה אופטימית. הרעיון הוא ש'מחר יכול להיות אחרת', אם רק יעזו גיבוריו לעשות שינוי, קטן או גדול. אינני מפרטת את טיב המעשה הקיצוני ולא את תוצאותיו, כדי לא לפגום במתח ובהפתעות שהספר טומן בחובו. הספר עוסק למעשה בשאלה: מה קורה כשהשטיח נשמט מתחת לרגלינו? על הסופר: יובל אברמוביץ' הוא דמות ייחודית בתרבות הישראלית: סופר, שחקן, מרצה וזים. הוא גדל בבית ים וכנער עבר תאונת עבודה שהפכה אותו זמנית למשותק. החזרה שלו ללכת הייתה נקודת מפנה שעיצבה את השקפת עולמו על החיים כמתנה זמנית ושברירית. ספריו, שתורגמו לעשרים שפות, מרכזים מסרים של תקווה, חוסן נפשי והגשמה עצמית. סגנון הכתיבה שלו ישיר, קצבי, מלא דיאלוגים, לעיתים משלב הומור דק גם בתוך מצבים קשים, מה שהופך את הקריאה לנגישה ומאוד 'מדברת' לקורא הישראלי.

פגשתי את יובל אברמוביץ' בחוג בית בלהבים, שבו הוא שיתף אותנו באסוציאציות שהביאו אותו לכתיבת הספר. הצגת דילמות כגון: מה מאפיין אישה שהיא חזקה ואישה שאינה חזקה? למה אנשים במאה ה-21, בעידן המטורף של היום, מרגישים צורך עז לעשות שינוי בחייהם? יובל ציין שבכתיבת הספר הוא רצה להביא בפני הקורא חומר למחשבה שיגרום לאי נוחות, כמו שיח על עזיבת הארץ, ושאלות כגון מה זה בית? האם בכל מקום בעולם אנו יכולים להרגיש בית? שאלות שצצו במיוחד בשלוש השנים האחרונות.

הספר מעורר תובנות משמעותיות מהזווית של הגיל השלישי:

הספר מדגיש שגם בגיל 50 פלוס, ובוודאי בגיל 60, 70 הרצון לשינוי, לתקווה ולחיים שיש בהם מקום לעצמנו, אינו מפסיק; הוא רק מקבל צורה אחרת. אברמוביץ' נוגע בשאלות 'מי קבע את החוקים' - מה תפקיד האם, הסבתא, האישה, ומה מותר לנו לרצות עבור עצמנו גם כשכבר



'גידלנו ילדים' ועשינו את שלנו? שאלות שרבים ורבות מאיתנו בדיור המוגן, מכירים היטב בחיי היומיום.

בעבור קוראים בגיל השלישי, הדמות של איריס יכולה לשמש מראה וגם השראה. מחד גיסא, הכאב והעייפות שהיא חווה מוכרים לקוראים שחוו אובדן, מחלות ושינויים גדולים בחיים; מאידך גיסא, הדרך שהיא עוברת מזכירה שגם אחרי שנים רבות של ויתורים והרגלים אפשר לעצור, לשאול שאלות נוקבות ולבחור מחדש את סדר העדיפויות. המסר שאפשר צעד-צעד להכניס לחיינו עוד נדבך של משמעות, שמחה ודיוק עצמי, גם אם המציאות החיצונית אינה אידאלית, הוא מסר מנחם ומעודד במיוחד בתקופת חיים שבה לעיתים מרגישים שהקלפים כבר חולקו מזמן.

הספר מדגיש שהחיים אינם מתחלקים רק ל'מה שהיה' ו'מה שיהיה', אלא למה שאנחנו בוחרים לעשות עכשיו. זו תובנה משמעותית עבור בני הגיל השלישי. לעתים נדמה כי מרבית הבחירות כבר מאחורינו, אך הספר מזכיר כי כל יום הוא הזמנה מחודשת, לא בהכרח לשינויים דרמטיים, אלא לאומץ קטן, לשיחה שלא העזנו לנהל, להשלמה, לסליחה, או לחלום שניתן לו מקום חדש. תובנה חשובה היא ההשלמה עם העבר, לא מתוך ויתור, אלא מתוך קבלה. לא כל טעות ניתנת לתיקון, אך אפשר ללמוד לחיות איתה. כמו שצלקות הופכות עם הזמן לחלק טבעי מהעור, כך גם כאבי העבר יכולים להשתלב בחיינו מבלי להרוס אותנו. הדמויות בספר מלמדות אותנו שהעבר אינו נטל שיש לגרור, אלא סיפור חיים עשיר שממנו אפשר לצמוח. בגיל שבו אנו נושאים זיכרונות רבים, הצלחות לצד החמצות, יש בכך נחמה גדולה, חמלה עצמית, קבלה ותקווה.

אחת מנקודות החוזק של הספר היא העובדה שהוא מדבר אל כולנו, בכל גיל. היכולת להשתנות היא נצחית. הסופר מוכיח ששינוי אינו נחלתם של צעירים בלבד. גם בפרקים המאוחרים של החיים, יש לנו את הרשות (ואולי את החובה) לשאול את עצמנו: 'האם טוב לי?' ו'מה אני רוצה להיות כשאהיה גדול?' איריס מלמדת אותנו שאף פעם לא מאוחר להתחיל מחדש, לבחור מסלול אחר, להקשיב לקול הפנימי שלנו. כמה פעמים אנחנו אומרים לעצמנו 'כבר מאוחר', 'לא בגילי', 'מה יגידו?' הסופר קורא לנו לשחרר את המחשבות האלה, ומזכיר לנו שבכל רגע אנחנו יכולים לבחור מחדש, ושהחיים הם לא סיפור סגור, אלא מסע מתמשך של בחירות, של אומץ ושל תקווה.

הספר נוגע ביופי של הפשטות - להתנתק מהחומריות והצבירה, לבחור בחיים שקטים ומשמעותיים יותר. זו תובנה שמתחברת לרבים מאיתנו שמבינים שהאושר האמיתי אינו בדברים שצברנו במשך כל חיינו, אלא בשלווה הפנימית שמצאנו. זה פוגש את כולנו במעבר לדיור המוגן... כמו גם את כוחה של אופטימיות מעשית: חיפוש משמעות ואהבה אינו פוחת עם הגיל, להפך - הוא הופך דחוף ומשמעותי יותר במיוחד בגיל השלישי.

לסיכום: 'מחר יהיה אחרת' איננו רק סיפור על אישה אחת במשבר, אלא הזמנה לכל קוראת וקורא לעצור ולשאול: כיצד אני רוצה שייראה 'המחר' שלי, ומהו הדבר הקטן שאני מוכן לעשות היום כדי להתקרב אליו.

על המדף





גניה צביק: התחביב שלי יצירת פסיפס



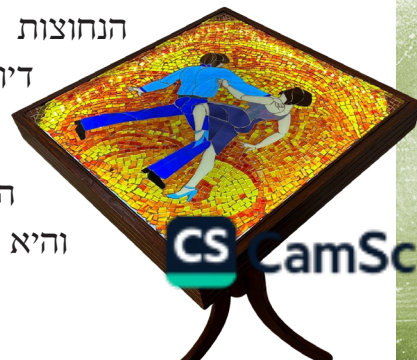
כל המגיע לביתם של גניה וניסן בפאלאס נתקל כבר בצאתו מהמעלית ביצירות הפסיפס של גניה, המעטרות את דלת הכניסה. כאשר הוא נכנס פנימה, אינו יכול שלא להגיב ב-'וואו...' ענק למראה היצירות הצבעוניות היפהפיות המפוזרות בכל הבית. העין אינה שבעה מלראות כמות עצומה כל כך של עבודות פסיפס מרהיבות.

גניה ובעלה ניסן באו לפאלאס מבאר שבע לפני כשבעה חודשים. גניה עבדה שנים רבות בעיריית באר שבע במחלקת השכר ובמחלקת החינוך, וניסן עבד ב'רותם דשנים' וב'מרכז שירות ברע"מ'. לאחר ששניהם פרשו לגמלאות, הם מצאו עצמם לבדם בבית גדול, ללא קרובי משפחה, וילדיהם רחוקים ועסוקים. הקורונה והבידוד החברתי שגזר בעקבותיה, החמירו את המצב. אך מה שבעיקר הוסיף לסבל ולבדידות היה מחלתה של גניה. לאחר התאוששות מניתוח, היא הופנתה על ידי העובדת הסוציאלית למועדון לחולי סרטן שפעל בשכונת 'רמות' בחסות אוניברסיטת בן-גוריון בנגב. גניה באה למועדון אחרי הניתוח, מבוהלת ורגישה, וכבר בכניסה ראתה אישה גבוהה, קרחת, לבושה יפה ומאופרת בקפידה. בראותה אותה מטופחת כל כך, למרות מחלתה, אמרה גניה לעצמה: 'יש חיים אחרי הסרטן'.



מעודדת קמעא, היא נכנסה למועדון והתפעלה מהחוגים שפעלו שם: פילאטיס, ציור, עבודות יד למיניהן ועוד, וגם - פסיפס. למרות שהייתה בטוחה ששתי ידיה שמאליות, השתכנעה גניה לבחור בחוג הפסיפס בראותה את כל עבודות הפסיפס שהיו מוצגות לראווה, פרי עמלן של נשים מחלימות מסרטן כמוה, שזו להן התנסות ראשונה בעבודה ממין זה. גניה עודדה את עצמה: 'אם הן יכולות - גם אני יכולה!' אמרה ולא תיארה לעצמה שעם הזמן היא תהפוך לאומנית פסיפס מבלי לדעת שהיא ניחנה בכל אותן תכונות הנחוצות לעבודה מיוחדת זו: ריכוז, סבלנות, דיוק, יצירתיות, וכמובן - ידיים טובות.

המפגש הראשוני עם החולות-המחלימות במועדון, עודד את גניה והיא החלה ללמוד את עבודת הפסיפס



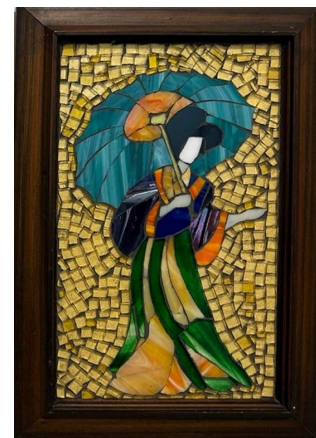
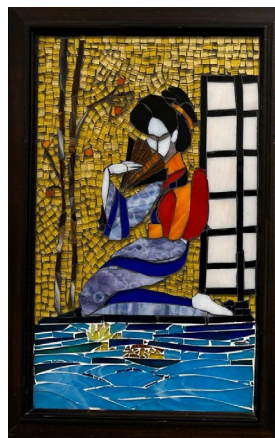
התחביב שלי



בעזרת המדריכה. מהר מאוד היא תפסה את הטכניקה והחלה יוצרת במרץ ובהתלהבות, שסחפה את ניסן בעלה שגרתם לעזור ולתמוך. הוא נסע לאשדוד לקנות את חומרי הגלם היקרים: כלי החיתוך וההרכבה, חומרי ההדבקה ופלטות הזכוכית הצבעוניות, והוא גם לקח על עצמו את מלאכת החיתוך של הפלטות. מאז הם עובדים במשולב: ניסן חותך את הזכוכית על פי האובייקט שגניה בוחרת, וגניה משבצת את חלקי הזכוכית ומדביקה על האובייקט. האובייקט. האובייקטים לקוחים מעולם החי, הדומם, הצומח, וגם דמויות שונות. בנוסף, גניה מעטרת חפצים שונים כמו תמונות, צנצנות, אגרטים, קופסאות שונות, שולחנות, מראות, קירות ועוד (ראו, תמונות).



כיום, גניה ממשיכה לעסוק בתחביבה. היא נוסעת פעם בשבוע למועדון בבאר שבע ונפגשת עם המדריכה ועם חברותיה לתחביב המשותף. במרפסת הדירה בפאלאס היא סידרה פינת עבודה וממשיכה להתמקצע וליצור בהנאה אובייקטים אומנותיים ושימושיים, שרבים מהם היא מחלקת לבני משפחתה, או יוצרת על פי הזמנה. על זה אפשר לברך ולומר: "מעז יצא מתוק!"





הליכה לקיסריה - טיול שביליסטים

מאת

אדוה לויז

יש רגעים שבהם טיול הוא הרבה יותר מהליכה בטבע. לפעמים הוא גם הזדמנות להכיר אנשים חדשים, להתחבר למקום חדש ולגלות מחדש אהבות ישנות. כך היה עבורי הטיול הראשון במסגרת חוג השביליסטים.

הטיול הראשון במסגרת החוג היה גם הפעילות הראשונה שלי בקהילת דיירי פאלאס להבים, אליה עברנו במאי 2025. עבורי היו כאן שתי ציפורים במכה אחת - אהבתי לטיולים ואהבתי האינסופית לים ולחופיו. בציפייה נרגשת חיכיתי לטיול.

מודה - ביומיים שלפני הטיול ניקר בי קול רציונלי (שאני כנראה צריכה להיפטר ממנו): "מה, לנסוע שלוש שעות לכל כיוון?" אבל שמחתי שהצלחתי להשתיק אותו במהירות ולדחוף אותו עמוק פנימה.



ואכן, אחרי נסיעה ארוכה עם הפסקות של צורך ושלא לצורך, הגענו לג'סר א'זרקא, כפר דייגים קטן היושב לחוף הים התיכון במועצה הערבית היחידה על קו החוף, הכלואה בין מעגן מיכאל לקיסריה.

המראה בסמטאות הכפר, בהן עשינו את דרכנו לנקודת ההתחלה, היה מייאש בעליבותו. ביקום אחר זו יכלה להיות פנינה תיירותית ייחודית, חשבתי לעצמי.

בנקודת ההתחלה קידמה את פנינו רוח קרה מן הים ושמיים מעוננים חלקית, כאילו סירבו לתת לשמש לפלס את דרכה ולהעניק לנו מעט חום.

אחרי ארוחת בוקר קלה שנפרסה תוך דקות בהובלתה של סלעית והצוות (הרגשתי כמו בתנועת נוער), התכנסנו יחדיו לשמוע את הקדמתו והסבריו של אביעד המדריך. "ההליכה לאורך שפת הים אינה מורכבת או אתגרית, קיבלתם התחלה קלה", הוא ציין. וזאת כדי שנלך בנחת, נרגיש את החול תחת רגלינו, את הרוח הקרה על פנינו, את ריח הים באפנו ואת מראה הגלים המתנפצים אל החוף שליוו אותנו לאורך הדרך.



צבעי השביל: חום-גווני המדבר; כחול-הים; לבן-השלג בפסגת החרמון

מדי פעם עצר והעשיר אותנו בידע - על נחל תנינים, מעט היסטוריה של האזור הפורה והחשוב לאורך השנים, החשיבות האסטרטגית של האזור בעבר הרחוק ומיקומה של ה... בות במדינת ישראל.

משיורט בארץ



שמענו את סיפורה ואת חשיבותה של אמת המים ההרודיאנית והיוונית לעיר הגדולה קיסריה ההיסטורית, על גבעת החול, ולעיתים גם עצרנו לשירי מולדת או לחידוני ידיעת הארץ שזכו למענה מהיר מחברי הקבוצה.

לקראת קיסריה עצרנו שוב לארוחת צוהריים ולאתנחתא קלה. לאחריה, בהמשך המסלול, העשיר אותנו אביעד גם בבוטניקה בהשתתפות אקטיבית ונלהבת של חלק מחברי הקבוצה.

כן, היה שווה לנסוע שלוש שעות לכל כיוון.



השביליסטים והמדריך אביעד (יושב מימין)

מאז שהגעתי לפאלאס כמעט שלא יצא לי להכיר את שכניי - למעט בזמן אזעקות. רבים מחברי הקבוצה שאלו אם אני חדשה, וזו הייתה הזדמנות נפלאה להכיר, ולו במעט, אנשים שמתגוררים איתנו באותה הקהילה.

בתחילת הסיפור ציינתי את אהבתי הרבה לים בכלל ולים התיכון בפרט. שיתפתי את החברים כי נולדתי וגדלתי בקיבוץ פלמחים שעל חוף הים התיכון.

בילדותנו, לימודי ימאות היו חלק מתוכנית הלימודים. למדנו להכיר את הים, לשחות ולהשיט סירות - תחילה קטנות, ובהמשך עברתי גם קורסי מפקדי סירות. בסימסום קיבלתי הכשרה לפקד על סירת מפרשים "ליוזתנית", ובה אף הפלגנו לקפריסין בסוף תקופת התיכון.

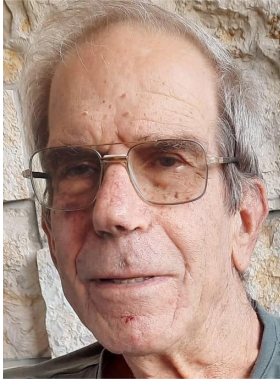
כמו תמיד, השיתוף האישי יוצר שיחות נוספות בדרך. מחפשים קווים משותפים - גיאוגרפיים, היסטוריים או אישיים. כר פורה ואמיתי להעמקת הקשרים בין חברי הקהילה.

ובלי מעט נשמה ואמונה אי אפשר לחתום את החוויה. לאורך כל הטיול התנגן בראשי שירה של חנה סנש (1945), שנדמה כי תמיד יהיה רלוונטי:

"אלי, אלי, שלא יגמר לעולם / החול והים, / רשרוש של המים, / ברק השמיים, תפילת האדם".

משורב בארץ





אנדרטת חטיבת 'יפתח' ב'מבצע יואב' במלחמת העצמאות

מאת

עזרא פימנטל

מלחמת העצמאות פרצה בכ"ט בנובמבר 1947 מייד לאחר ההצבעה בעצרת האומות המאוחדות. העצרת קיבלה את תוכנית החלוקה של ארץ ישראל, שקבעה שהארץ תחולק בין מדינה ערבית ומדינה יהודית, והנגב יכלל בתחומה. תחילה הייתה זאת מלחמה על השליטה בדרכים, אך מייד לאחר ה' באייר 1948 והכרזת בן גוריון על הקמת המדינה, פלשו צבאות מדינות ערב לגבולותיה. בשלב זה החליטה ישראל לעבור מהגנה על יישובים בודדים ליזומה התקפית מקיפה ומתואמת על ידי המטה הכללי. לשם כך הוקמו 12 חטיבות חי"ר בפריסה ארצית, כשלכל חטיבה גויסו אנשים מבין תושבי האזורים הללו, בכוונה שהם ילחמו תחילה, בשעת הצורך, על הבית שלהם, ובהמשך יקבלו סיוע מהמטכ"ל ויעבו את כוחות החטיבה המרחבית שלהם בכל אשר ידרשו.

חטיבת 'יפתח' הוקמה על ידי תושבי צפון הארץ. החטיבה נלחמה תחילה בכוחות לבנונים וסורים שפלשו מהצפון, אך בהמשך היא לחמה גם בכוחות ירדנים שפלשו במרכז לאזור לוד ורמלה, ובהמשך גם בדרום נגד הצבא המצרי שפלש מדרום לשטח ישראל. המצרים פלשו בשתי זרועות: הראשונה הייתה זו שיצאה מעזה צפונה דרך מג'דל (אשקלון) ואיסדוד (אשדוד) לכיוון תל אביב, והיא נבלמה בגשר 'עד הלום'. הזרוע השנייה יצאה מניצנה לבאר שבע והמשיכה לחברון, ומשם לכיוון ירושלים. בכך כיתרו המצרים את היישובים היהודים בדרום.

בגמר הקרבות במרכז הארץ החליט המטה הכללי על 'מבצע יואב', מבצע רחב ממדים בדרום, בפיקודו של יגאל אלון, לפתיחת הדרך לנגב הנצור. מטרת המבצע הייתה פריצת הדרך אל הנגב המנותק ודחיקת הצבא המצרי. מבצע זה, שהיה אחד הגדולים באותה מלחמה, החל במהלומה אווירית ובהמשך בלחימה קרקעית. לצבא המצרי נותרה עדיין דריסת רגל בארץ והוא אף שמר על כושר הלחימה שלו. אבל לאחר מצור ממושך הדרך לנגב נפרצה לבסוף, השטח שתפס הצבא המצרי הצטמצם במידה ניכרת ובמסגרת הסכמי שביתת הנשק שנחתמו ברודוס, כוחותיהם אולצו להתפנות משטח ישראל ולחזור למצרים.



יגאל אלון מפקד חטיבת 'יפתח'

מלחמת העצמאות



ב'מבצע יואב' נטלו חלק כוחות רגלים של חטיבות גבעתי, חטיבת 'יפתח' וחטיבת הנגב. בכך הייתה חטיבת 'יפתח' החטיבה היחידה בצה"ל שלחמה בכל שלוש החזיתות, חטיבת הנגב וחטיבה 8, שהייתה כוח שריון חטיבתי שאך זה הוקם. במסגרת המבצע, שנקרא 'מבצע יואב' (על שם יואב דובנוב מפקד קיבוץ נגבה, שנהרג בקרבות) סבל הקיבוץ קשות מהפגזות המצררים. בקרבות אלה כבשו הכוחות את מגדל (כיום אשקלון), איסדוד (אשדוד), בית ג'וברין, ניצנים, יד מרדכי ומשלטי חוליקאת (חלץ). גולת הכותרת של המבצע הייתה כיבוש באר שבע מידי המצררים, חלק זה נקרא 'מבצע משה'. שאר הכוחות המצררים כותרו עד לתום המלחמה ב'כיס פלוג'ה' (פלוגות), האזור בו הוקמה לימים העיר קריית גת.



כיבוש באר שבע ב'מבצע משה'



אנדרטת חטיבת 'יפתח' ליד צומת קמה

האנדרטה שתוכננה על ידי יחיאל (חיליק) ערד, אדריכל, פסל ולוחם בחטיבה, מנציחה את זכר חללי חטיבת 'יפתח' שנפלו בקרבות הנגב ב'מבצע יואב' וב'מבצע משה' לכיבוש באר שבע.

מעבר לגדר





תשבץ מס' 19

מאת עליזה קפון

10	9	8		7		6	5	4	3		2	1
		14			13				12			11
			18				17			16		15
	22				21			20				19
		26				25			24			23
			29				28			27		
34				33				32		31		30
			38		37	36				35		
			42				41				40	39
	47			46			45	44				43
			51		50	49						48
				55			54		53			52
	61	60			59			58		57		56
			63							62		

מאונך

1. פספורט
2. אישה הצופה עתיד
3. אור, זיו
4. לכוון
5. שאינו אסור
6. זקן ורגיל בדבר
7. השבחה של מוצר
8. סוג נחש
9. אנקול
10. לענה דרקונית
13. קיבוץ בערבה
16. הומת לשם אכילה
18. קידומת הולנדית
20. אלמוני
22. קובץ דפים כרוכים
24. מדינה במזרח התיכון
25. נוי
26. שוט
28. רחוב צר
29. הוכחה, נימוק
30. השתולל
32. חי במים
34. מושב בנגב הצפון מערבי
35. הנסיכה ששרדה מבית רומנוב
36. סוג של צהובון
37. סוג מנעול חכם
38. נסיעה על גב בהמה
45. בעל חיים ממחלקת דו חיים
46. פקודה
50. התו השני
51. היפה בנשים במיתולוגיה היוונית
54. קו במכשיר מדידה
56. לוחץ, נוגש
57. לא קשה
59. האכיל
61. לא כבד

מאוזן

1. סופר ישראלי
7. קביעת דין
11. תואר ביהדות
12. עקירה ממולדת
13. משתחוה
14. מיקום בשורת ממתנים
15. חרק טפיל
17. אומנות במה
19. יחידת הספק חשמלית
20. משקה אלכוהולי
21. מטבע דרום קוריאני
22. מילת ברירה
23. רקדן ישראלי (ש"מ)
25. יצא מן המסגרת
26. סוג פודינג
27. מדינה באמריקה הדרומית
28. שם שיח קוצני
29. חיכה בסתר
30. צמח חרלין
31. גידול
33. עריכה וסידור
35. מסתורי
38. פולימר אלסטי
39. מגדלור
41. השקיע בנוזל
42. נהר בדרום אפריקה
43. שרשרת הרים
44. ישמח
46. ישב בתענית
47. חבר
48. עוף דורס
49. עיר באיטליה
52. קול עבה ונמוך
53. ייפוי כוח
55. רסיסי ליל
56. זריז
58. שם מעדן חלב
60. חור
62. החלטת ערכאה משפטית
63. הרי

מרפאות



"לטיול יצאנו, כלנית מצאנו, על גבעת הדשא..." (נעמי שמר)

חידון זיהוי: מי הם הדיירים המטיילים?



אנה ויעקב כהן

זהבה וצבי הררי

טרה ציקרט וחנה ליינבוז

דינה זק"ש ואילנה קרפל

מרים אלוני ואביב קורו

איילה ויוסף מרציוק

יהודית וזאב שוורץ

אסתר ואברהם ברדה

אהובה המר ושל רביר

אל תהיו באים בצמחם רק כשהצתם אל החטרה
תהיו באים עם כל צעד וצעד שאתם עושים בדרך אליה.

ברוח משנתו של יאנוש קורצ'אק

