

## דני סויסה רץ לראשות העיר

"כפר גנים ואם המושבות זקוקות  
לטיפול בהול בתחום התשתיות והחינוך"  
שירן רובינשטיין עמ' 24

## אתם זה אני

"בהקמת "מועצת התושבים" ראיתי פתרון למצב,  
בו פוליטיקאים נעלמו מחיי הציבור מיד לאחר  
"הבחירות"  
צדוק בן משה עמ' 4

## זהו אות החיים!

"רגעי אימה עברו עלינו, כאשר אחד מהאוקראינים  
לקח מוט של מטאטא ודחף לריצפת המסתור"  
ציקי אורון עמ' 8

דני סויסה, מועמד לראשות העיר,  
צילום: Miki Swisa

### להנות מאיכות חיים של מחלקה ראשונה

ניהול, אחזקה ונקיון  
בניינים משותפים

054-2622216 03-6500562  
www.leshem-holdings.co.il





קוראים יקרים,

"נדרתי הנדר: לזכור את הכל  
 לזכור - ודבר לא לשכוח" / אברהם שלונסקי  
 יום הזיכרון לשואה ולגבורה מוקדש להתייחדות  
 עם זכר השואה שהמיטו הנאצים ועוזריהם על העם היהודי,  
 ועם זכר מעשי הגבורה באותם ימים.  
 זוהי זכותנו וחובתנו להקשיב לסיפורים  
 של אלה שחוו את הזוועות ועדיין חיים בקרבנו.  
 בכתבה - זהו אות החיים! משתף חיים חייט את בתו, ציקי,  
 ואתנו הקוראים, בסיפורו האישי, המרגש.

ומגבורה לגבורה -  
 החודש אנו מציינים גם את יום הזכרון  
 לחללי צה"ל ולנפגעי פעולות האיבה.  
 יהי זכרם ברוך!

בזכות גבורתם של כל אלה -  
 נחגוג את יום העצמאות למדינת ישראל.  
 חגיגות מהנות לכולכם!

בנוסף - בגיליון זה אנו פותחים בסדרת ריאיונות עם  
 המועמדים לראשות העיר.  
 בכתבת השער נכיר את המועמד דני סויסה  
 אשר כיהן כמנכ"ל עיריית פתח תקווה,  
 ומבטיח לנו שנסינו הרב יבוא לידי ביטוי,  
 אם רק ניתן לו את האפשרות להיות קובע המדיניות.

קריאה מהנה,  
 שלכם  
 אילת שדה

ayelet.sadeh@gmail.com

תוכן עניינים

כתבות

אתם זה אני  
 צדוק בן משה. עמ' 4

מי שמאמין לא מפחד...  
 עו"ד יורם חדי. עמ' 5

זהו אות החיים!!  
 ציקי אורון. עמ' 8

נווה של פעילות  
 חיים לביא. עמ' 20

דני סויסה רץ לראשות העיר  
 שירן רובינשטיין. עמ' 24

קריסטלים  
 מאיה אריאלי ברון. עמ' 31

חייב לה את חיי  
 דב פלשקס. עמ' 40

מדורים

מדור חינוך. עמ' 6

תרבות בכפר. עמ' 10

דבר תורה. עמ' 12

ערוצי תקשורת ועד-רשויות. עמ' 14

מדור תזונה. עמ' 16

ציקי סטייל. עמ' 18

קוסמטיקה רפואית. עמ' 22

משפחה בהתבגרות. עמ' 28

השפית הקטנה. עמ' 30

נתפסו בעין המצלמה. עמ' 31

בדרך הרגש. עמ' 32

רבת פנים. עמ' 34

לשון נופל על ניבון. עמ' 34

התפתחותיפ. עמ' 36

דבר הרב. עמ' 38

חידודי פנאי. עמ' 44

לוח מודעות. עמ' 46

למשלוח כתבות, רעיונות ותגובות:

kfarganim@gmail.com

ובאתר: www.kfarganim@co.il

לרכישת מודעות: 050-5332540

\* אין המערכת אחראית לתוכן המודעות. (ט.ל.ח.)

תוכן כל כתבה הינו על דעתו ואחריותו של הכותב בלבד (ט.ל.ח.)

\* זכויות היוצרים בנוגע לחומר המפורט בגיליון זה הינן רכוש מערכת העיתון,

וכל שימוש בחומר כפוף ומותנה באישור מראש ובכתב מאת המו"ל.

מו"ל: צדוק בן משה

עורכת: אילת שדה

חברי מערכת: צדוק בן משה

שירן רובינשטיין

יועץ משפטי: עו"ד עמרם נהרי

יעוץ לשוני: יפעת פרידמן

עיצוב גרפי: נטלי אקופיאן

הדפסה: סולן הדפסות

הפצה: ח.ב.ר הפצות - 054-2451458

אננין אס, גס הרופאים בחוקך  
 אובסיס זכשו פיג'מה...

23:00

שירות  
 מוסף  
 ללקוחות  
 כללית

# מוקד רפואי קניון אונו

## רפואה דחופה כאשר המרפאה סגורה

ספירת  
 דם



שירותי  
 אחיות



צילומי  
 רנטגן



רפואת  
 ילדים



רפואת  
 משפחה



### שעות הפתיחה

ימי שבת וחג	ימי ו' וערבי חג	ימים א'-ה'
09:00-13:00 19:00-23:00	19:00-23:00	19:00-22:30

בסופי שבוע השירות ללקוחות כללית - חינם  
 בימי חול השירות ללקוחות כללית כרוך בתשלום.  
 פתוח גם ללקוחות כל קופות החולים, בתשלום נוסף.

כללית 100 שנה  
 הכי טובה למשפחה

קניון קריית אונו  
 הכניסה מרחוב ירושלים  
 דרך בניין המשרדים.

למידע נוסף:  
 \*2700 מכל טלפון  
[clalit.co.il](http://clalit.co.il)



צילום: זאב שטרן

## אתם זה אני אפשרו לי לעשות למענכם, למען כולנו

**ב**שנים האחרונות הוביל ועד כפר גנים את שכונת כפר גנים ג' למחוזות אליהם נכספות שכונות רבות בעיר ובארץ. בעבודת צוות משותפת ניהלנו מאבקים בכל נושא; החל מנושאי תכנון ובנייה דרך פיקוח ותברואה ועד קיום אירועי תרבות לתושבים. כאן לתושבים יש גאווה יחידה!

הובלתי את הוועד כשהמוטו שלי הוא **"אתם זה אני"** - כשנסעתם ברחוב וסבלתם מהלכוך הרב, גם אני סבלתי ממנו. אתרי הבנייה שמיררו לנו את החיים, גם איכות החיים שלי נפגעה מהם. כשראיתם את השטחים הפתוחים מלאים בפסולת בנייה, גם אני ראיתי וכעסתי. כשלא היה מתנ"ס וחסרו חוגים בשכונה, גם לילדים שלי לא היו. כשאתם סובלים מתכנוני תנועה לקויים, גם משפחתי ואני סובלים. כשהתקוממתם על מחסור במבני חינוך, גם אני התקוממתי. חוסר בתחושת הבטחון האישי פגעה גם באשתי ובילדיי. ועוד.

פעלנו בוועד בהתנדבות, מתוך שליחות ואכפתיות, וכל נושא, מקטן ועד גדול, קיבל התייחסות. שדרגנו את השכונה ואת איכות חיי התושבים בה, אולם נתקלנו בחוסר שיתוף פעולה בעבודתנו מול הנציגים הפוליטיים בעירייה. לא רק שלא שיתפו איתנו פעולה, אלא שאף הערימו קשיים על עבודתנו. למדנו לעבוד ישירות מול החברה לפיתוח ומול מנהלי ועובדי מחלקות העירייה ובהצלחה רבה.

פגישות עם ועדי שכונות נוספים בעיר תרמו להבנה שהבעיות בהן אנו נתקלים משותפות לכולם. הפוליטיקאים אינם מתפקדים כראוי ואינם נמצאים בקשר עם התושבים, מלבד מספר חודשים לפני הבחירות. כד בכד עם תובנה זו, פנו אליי מאות תושבים, שפרגנו והוקירו את פועלי וביקשו שאייצג אותם במועצת העיר; "הכי טוב לנו שאתה תייצג אותנו שם, עליך אנחנו סומכים!"

מתוך כך נולדה הברית בין השכונות. יש שיקראו לה "התקוממות אזרחית" של תושבי השכונות, אנו קראנו לה "מועצת התושבים"!

אני, צדוק בן משה, בשיתוף ארז לבנון מוועד שכונת שעריה, רועי פן מוועד שכונת נוה-גן, וחיים לביא ודובלה שטאוב מוועד שכונת נווה עוז הקמנו את

"מועצת התושבים" (רשימה חלקית) - בשורה ראשונה מימין לשמאל: עודד חדר מתקומה, צדוק בן משה מכפר גנים, ארז לבנון משעריה, נצח אבידר מצמרת גנים. בשורה שנייה מימין לשמאל: שוש קרלין וריטה דוד מצמרת גנים, דובלה שטאוב מנווה עוז. למעלה - רועי פן מנווה גן

"מועצת התושבים" שבה חברות כעת למעלה מעשר שכונות ומספר שכונות נוספות בדרכן להצטרף אלינו. לסיעה שתצא מתוכה למועצת העיר קראנו: **"הפתח תקוואים"**. ברשימת הסיעה נמצאים תושבים המתנדבים מדי יום למען הציבור, תושבים ש"זורם להם בדם" לעשות ולפעול למען הקהילה, ועתה הם מעוניינים לעשות זאת למען התושבים במלוא הקיסור כחברים במועצת העיר.

בהקמת "מועצת התושבים" וסיעת "הפתח תקוואים" ראיתי פתרון למצב בו פוליטיקאים נעלמו מחיי הציבור מיד לאחר הבחירות ולא ייצגו נאמנה את קהל בוחריהם. עשיתי זאת מתוך רצון לפעול למען השכונה שלי ביתר שאת, לפעול למען נושאים כבדי משקל כמו הרכבת הקלה או קווי המתח העליון במכביה ובדרך רבין, **ואוכל לעשות זאת רק בחסות הכוח שתתנו לי אתם התושבים.**

תפקיד חבר מועצה הינו תפקיד התנדבותי. ברצוני לקדם את ענייני השכונה שבה אתם ואני חיים, ויודע שהיכולת שלי להשפיע תהיה גדולה עשרות מונים כחבר במועצה.

### אנו רוצים לומר תודה

לצחי מזרחי מנהל מחלקת תברואה, ליגאל פת מנהל האיזור, לאריה זיסוביץ מנהל מחלקת פיקוח, למפקח רוני נחמני, ולכל הצוותים בשטח על מבצע הניקיון בכפר גנים ובנווה עוז לפני חג הפסח ובעיצומו של החג.

בשם התושבים וועד השכונה,

צדוק בן משה

יו"ר ועד השכונה

# מי שמאמין לא מפחד...

מתחדש המאבק של תושבי שכונת נווה עוז החדשה בתכנית הבנייה של חברת מגדלי

נווה-עוז בע"מ

עו"ד יורם חדי



ני כותב את הדברים על רקע מאבק חדש שהחל בין תושבי שכונתי כנגד תכנית הבנייה שהגישה חברת מגדלי נווה עוז בע"מ שבשליטת מר עמוס לוזון, על שטח של 6.5 דונם שרכשה בתחום שכונת נווה עוז החדשה.

בעבר פעלה החברה הקבלנית לשנות את יעוד השטח מבית אבות בגובה של שש קומות למגדלי מגורים ולאחר מאבק עז, עיקש וארוך של התושבים נדחתה תכנית זאת על-ידי הוועדה המחוזית לתכנון ובנייה. לאחרונה התברר לתושבי השכונה, כי ועדת המשנה של הוועדה לתכנון ובנייה דנה בתכנית שהגישה החברה הקבלנית ולמצער אישרה אותה בכפוף לסייגים, אף שזו לא הייתה ראויה כלל לדיון, בהיותה חורגת מהזכויות המותרות לה בתב"ע.

בעוד שהתב"ע מתירה בנין בן שש קומות מהקרקע וכן קומת מרתף אחת, הגישה החברה הקבלנית תכנית שכללה שמונה קומות וכן קומה טכנית בגובה של 3.7 מ' שמזדקרת לכדי גובה של 32.6 מטר מעל רחוב דנמרק הצר, למול הוילות שבנויות בצדו השני של הרחוב. אם לא די בכך, בתכנית ישנן שתי קומות מרתף וארבעה מפלסי חניה. שטחי השירות "קפצו" לטענת הצוות המקצועי מ-2,700 מ"ר המותרים לכדי למעלה מ-7,000 מ"ר. בנוסף, התברר כי התכנית כללה קומה אטומה לא לשימוש וגודלה של כל יחידת מגורים בת חדר אחד הוכפלה, שעה שהחברה הקבלנית הוסיפה לה ממ"ד, אף שבקומה יש מרחב מוגן קומתי. לצד כל אלה, חסרה התכנית את הפרוגראמה המאושרת של משרד הבריאות ל"בית הדיור המוגן", שתתווה את הדרישות והתקנים הנדרשים להקמת בניין כאמור.

נשאלתי על ידי אחד מתושבי השכונה- מדוע לא הפעילה מחלקת ההנדסה את העקרונות שהיא מפעילה ביחס לכל אחד מתושבי העיר הרגילים? ומדוע הרשו לעצמם חברי הוועדה בישיבתם מיום 24.1.13 לדון בה בשעה שהיו צריכים לדחותה, עד שתוגש בהתאמה לתב"ע?

התשובה נעוצה כנראה בנו. אם כל אחד מתושבי העיר היה מאמין שהוא יכול לשנות את המציאות, היה יוצא החוצה ממפתן ביתו ועושה מעשה או אפילו תולה על

מרפסת ביתו שלט קטן ובו היה כותב "נמאס לנו", היה מגלה שגם שכנו סבור כמוהו ומחאתנו הקולנית, לפיה מאסנו בניציגי ציבור שמפקירים את איכות חיינו לטובת בעלי הממון, הייתה משנה את פני המציאות.

בכל סיטואציה בה בחרתי להוביל מאבק של תושבים כנגד פוליטיקאים ובעלי ממון, נאמר לי כי אני נאיבי. האומנם? ! מדוע שדרישה שנציגי הציבור ידאגו לאיכות חיינו, היא דרישה נאיבית?

פעולה מתואמת של ועדי השכונות והתושבים לשינוי המצב הפוליטי המקומי יביא לשינויים מרחיקי לכת, שהרי - למול בעלי הממון המפעילים את יתרונם הכספי, כדי לקדם את האינטרסים שלהם, לנו יש יתרונו המספרי, המוסרי, כדי לקדם את האינטרסים הבסיסיים שלנו - לחיות ולגדל את משפחותינו במקום שבו איכות החיים אינה אמירה נבובה, אלא מטרה אולטימטיבית שיש לקדמה.

אנו זקוקים לאנשים אמנים, שמאמינים בכל ליבם שחברותם במועצה העיר אינה לשם כבוד אלא לשם הגנה על האינטרסים של הציבור הכללי, ושאינם חוששים מבעלי הממון.

זו היציאה שלנו מעבדות פנימית לחירות.

עו"ד יורם חדי,

יו"ר נווה עוז החדשה

050-6782783



## החינוך הזה היה שווה הכל

תלמידי תיכון "גולדה" חזרו נרגשים מ"יום המעשים הטובים"  
 טל ניסן תלמידת כיתה י'א<sup>2</sup>, כיתת נחשון

ואשר קטנים שאנחנו יכולים להעניק למישהו אחר, נראו לנו כטיפה בים לעומת מה שקיבלנו אנו, ולעומת כל מה שאנחנו יכולים עוד לתת.

**איתי עופר (י' - המרכז הרפואי ארבל):** "תמיד חשוב לתת ולתרום. כמו שאמרו לנו ב"ארבל" - תמיד עדיף להיות מהצד שנותן ולא מהצד שמקבל. אם יש אנשים שצריכים עזרה, ולי יש את היכולת והרצון לתת להם, אז למה לא? הגענו למרכז הרפואי ארבל, ישבנו ודיברנו עם המבוגרים במקום. אני ישבתי עם אישה שסיפרה לי את סיפור חייה; על העלייה לארץ וההתאקלמות. גם אני סיפרתי לה על עצמי; על תחומי העניין שלי ועל הלימודים. מישהי באה לצלם אותנו, ראתה שהאישה שיושבת איתי מחייכת, ואמרה שרק החינוך הזה היה שווה את הכל. כשעזבנו, וזה באמת עבר מהר, חשבנו לחזור לבקר בפסח, או אולי אפילו פעם בחודש. ראינו איך זה משמח אותם ומעלה להם חיוך רחב על הפנים, וזה חימם לי את הלב. מאוד שמחתי לעזור להם."

**עידו נעמן רפאל (י' - המרכז הגריאטרי גבעת השלושה):** "לעשות מעשים טובים זה תמיד חשוב. אבל ביום הזה אתה מרגיש שאתה חלק ממה שהו גדול יותר, שכולם נהנים לתת, ושכולם שווים לכולם. זו השנה השלישית שאני יוצא להתנדב ביום הזה, בכל פעם במקום אחר, ובכל שנה זה מרגש מחדש לתרום לקהילה ולעזור לזולת. הגענו למרכז הגריאטרי גבעת השלושה כדי לערוך שם שירה בציבור. אני זוכר את החינוך של הנוכחים כשנכנסנו לחדר. חיוך מאוזן לאוזן, הם רק חיכו שנתחיל את הפעילות. בין שיר לשיר ערכנו חידון טריוויה ולמדנו מהם המון. היום הזה חשוב, אבל חשוב יותר לתרום בכל יום."

ומעשים הטובים. בכל שנה מחדש הוא תופס אותי מזמזמת שיר אחר. השנה היה זה "מקום בלב" - "להתאהב, להתחייב ולגלות שעוד נשאר להם מקום בלב"... מאוד כן, תמים ואמיתי. בדיוק ההרגשה שקמתי איתה באותו הבוקר, ההרגשה שרציתי שתלווה אותי ואת כל מי שלא נשאר אדיש לנוכח היום הזה. לעיתים קל לנו להעלים עין. תמיד שאלתי את עצמי "למה כל כך קשה לנו לתרום? למה אנחנו צריכים יום מיוחד בשנה כדי לעשות משהו טוב למען מישהו אחר?" סימני השאלה נשארים באוויר. ההיגיון אומר לי שכל יום הוא זמן טוב לעשות בו מעשים טובים, וכל רגע הוא הזדמנות למשהו אחר.

אך היום הייחודי הזה, יום המעשים הטובים, נותן לנו תחושת שייכות; שייכות למדינה, לחברה, לערכים. כשכולנו מתגייסים למען מטרה אחת - נתינה, אנחנו שייכים. אנחנו התורמים והנתרמים. גם לחיך או לומר מילה טובה למישהו ברחוב, זה מספיק כדי לחמם את הלב.

כל תלמיד תיכון מכיר מקרוב את פנקס המחויבות האישית שלו. יש שרואים בזה עוד דף שצריך להחתיים, אך יש שרואים בו משמעות, אידיאולוגיה, מערכת אמונות שלמה שמציעה אותם בשם האהבה לזולת. היום הזה, בתיכון "גולדה", הוקדש למען אהבת חינוס. אחרי תכנונים ותיאומים רבים, נפרשו תלמידי שכבת י' ופעילי הבגרות החברתית מהשכבות הגבוהות יותר, על פני שבעה מוקדים שונים ברחבי העיר. החוויה הייתה מדהימה. כולנו שבנו לתיכון נסערים מעוצמת הרגע, מעוצמת הנתינה. לפתע, האינטראקציה הזו שכה חששנו ממנה, המרחק הזה ששמרנו מכל אותם רגעי

תיווך המושבה  
היחידים

שיודעים להעריך  
כמה באמת הנכס  
שלכם שווה!

# תיווך המושבה

הקונים כבר כאן!

תיווך המושבה  
מובילים

את שוק הנדל"ן  
בכפר גנים ג' מיום  
הקמת השכונה

**דירה אחת לא צריכה עשרות מתווכים,  
צריך מתווכת אחת שמוכרת עשרות דירות.**

360°



נמכר!

5 חד' בן גוריון 41

360°



נמכר!

5.5 חד' בדניאל ליפשיץ 75

360°



נמכר!

3.5 חד' בעצמאות 81

360°



נמכר!

4 חד' ביטקובסקי 25

360°



נמכר!

4 חד' בעמנואל זמיר 8



נמכר!

6 חד' בצבי נריה 8

360°



נמכר!

דופלקס/גג בן גוריון 41

360°



נמכר!

3.5 חד' בעמנואל זמיר 2

360°



נמכר!

4.5 חד' בעצמאות 79

360°



נמכר!

דופלקס/גג בעצמאות 59



בלהה  
שמואלי

לפרטים: בלהה שמואלי 052-2720247, מומחית לשיווק נדל"ן בכפר גנים ג'. משרד 03-9230880

חפשו אותנו ב-f תיווך המושבה [www.m-hamoshavot.co.il](http://www.m-hamoshavot.co.il)

## זהו את החיים!!

חיים חייט שיתף את בתו ציקי, תושבת השכונה, בסיפור חייו המרגש כניצול שואה

ציקי (צביה) אורון



ציקי אורון (שניה משמאל) עם הוריה חיים וצפורה חייט ועם אחותה טליה. צילום: ירון גרוון

ישבו בבתים. רבים מתו מרעב וממחלות. כך נמשך המצב כשנה. אחי נחמן בן התשע ואני הצלחנו לצאת ולשוב בחשאי בעת חשיכה ולהביא מזון מהגויים עמם משפחתי קיימה קשרים מסחריים”.

### החיים נעשים קשים עוד יותר

“בשבת ‘שיגרתית’ אחת עבר רכב גרמני בגטו והכריז כי יש להגיע לכיכר העיירה עם חפצים הכרחיים בלבד. הוא איים לשרוף את הגטו כולו. משפחתי לא נענתה לבקשה ונכנסה למקום מסתור שהוכן מבעוד מועד, כ-16 מ”ר תחת רצפת הסלון. בהנחיית אבי יצאתי ממקום המסתור לבחון מה קורה בכיכר העיירה ושבתי מזועזע: גרמנים ואוקראינים נראו דוחפים את היהודים בכוח ובאלימות, בעזרת כלבים, כידונים ונשק. לאחר זמן קצר פרצו לביתנו אוקראינים, בזוו ושברו את כל תכולתו. רגעי אימה עברו עלינו, כאשר אחד מהאוקראינים לקח מוט של מטאטא ודחף לריצפת המסתור. המשכנו להסתתר בדממה. לעת-עתה ניצלנו”.

### רגע האמת: חייבים לברוח

“ביום הרביעי לאחר שמלאי האוכל אזל, החליט אבי שחייבים לברוח. הוא בחר באחי נחמן בן התשע ובאחותי צביה בת הארבע עשרה לצאת ולהביא ראשונים, ולהגיע למקום מפגש מחוץ לעיירה. באותה

יפור חייו של אבי חיים, איש שמייצג את שמחת החיים במיטבה, איש חברה בעל חוש הומור שאוהב ריקוד ושירה, מתחיל בנקודת המפנה בהיותו בן שש. עד אז הכל שרר על מי מנוחות. אבי היה הבן הצעיר במשפחה אמידה ומסורתית בת שבע נפשות שחיה בעיירה שקטה בשם אוליקה אשר באוקראינה (מחוז פולני לשעבר). אביו מרדכי עסק לפרנסת משפחתו בבית מפעל לחייטות, ובנוסף היה בעל מטעי תפוחים ודובדבנים ששמשו למסחר עם הגויים שמחוץ לעיירה. אמו מטל הייתה עקרת בית, אחיותיו- בריינדל בת התשע-עשרה, צביה בת-הארבע עשרה (על שמה נקראתי אני), פייגה בת השש-עשרה, ואחיו נחמן בן התשע היו במסגרות לימודיות.

### מציאות חדשה וקשה

“בשנת 1941 הגרמנים ועוזריהם האוקראינים נכנסו לעיירה, עברו מבית לבית ובזוו דברי ערך מהתושבים. את כל היהודים בעיירה דחפו לגטו, תחום מגודר בגדרות של 2.5 מ’ גובה עם מגדלי שמירה מסביב. אין יוצא ואין בא ללא אישור. חיי הגטו היו קשים, אוכל חולק בצמצום והיה קושי אמיתי לצאת ולהביא מצרכים חיוניים. חלק מהיהודים יצאו לעבודות פרך בהוראת הגרמנים. הילדים שהיו נטולי מסגרת לימודית



אותי לבית יתומים יהודי בלובלין. משם עברתי לפטרולסיה לבית יתומים נוסף מטעם הבונד. בשני בתי יתומים אלה חייתי בתנאים מצויינים, אלא שכל העת קינן בי הרצון לעלות לארץ ישראל, מאחר שהעליתי בזיכרוני את הפסוק שנאמר במשפחתי: 'בשנה הבאה בירושלים הבנויה'.

כאשר הגיעה לבית היתומים אישה שטיפלה בנושא העלייה לארץ, מטעם תנועת הנוער השומר הצעיר, הייתי הילד היהודי היחיד בבית היתומים שהיה נחוש ועקבי ברצונו לעלות לישראל.

בתחנת רכבת נפגשתי בחשאי עם מי שהוביל אותי לבית יתומים בלודביקובו, ממנו עליתי לארץ בעלייה לגאלית באונייה, ישירות לקיבוץ. הייתי אז כבר בן אחת עשרה".

אחי איציק ז"ל, חלל צה"ל, התחיל את שירותו הצבאי בפרופיל 97, אך יצא מהשירות עם סעיף נפשי, הלום מסגרת צבאית. לבסוף, מצא את מותו מחוסר הכרה ומפאת מחלתו וחולשתו. אבי טיפל בו בסבלנות ובמסירות אין קץ.



קבר הבן/האח איציק חייט

### שירת התקווה

כניצול שואה, שריד יחיד ממשפחתי, וכאב שכול לחלל צה"ל, מוצא אבי נחמה ותקווה גדולה בחיים בארץ משלנו בכבוד, בעצמאות ובמשפחתיות שמעבירה הלאה מורשת, מסורת וערכים. את אבי לא תמצאו שר את שירת התקווה בראש מורכן, אלא רק בראש מורם וגאה ובקול חזק. מי שתבחין אוזנו בתום טקס בקול חזני רם השר את שירת התקווה, ידע - זהו את החיים !!

שנייה החלטתי, ילד בן שבע, לברוח יחד איתם ללא הסכמת אבי. לאחר שהמתנו במקום המפגש כשלוש שעות להגעת שאר בני המשפחה ולשוא, חדר בנו כאב חד, הבנו שככל הנראה הרע מכל קרה... המשכנו בדרךנו שלושה ילדים מפוחדים וחסרי כל, אל הלא נודע".

### המסלול והתלאות שבדרך

"נחמן אחי, צביה אחותי ואני הגענו לכפר סמוך, לביתו של גוי שהכיר את משפחתי. הגוי הסכים לתת לנו מחסה, ועליית גג ביתו שמשה אותנו למשך חודש ימים, עד שחשש מדי לחיי בני ביתו אם יחשף סיועו ליהודים. אחי ואני המשכנו לשוטט בין הכפרים, כאשר באור היום הסתתרנו בין ערימות תבואה. כשרדפו אחרינו ברחנו. לימים, אחותי צביה חלתה. הבאנו אותה למקום מבטחים בביתו של גוי באחד הכפרים, אך כשרצינו לשוב לאסוף אותה, כבר לא היה את מי... לחדרנו, שמענו שצביה נלקחה לגטו. אחי בן האחת עשרה ואני, ילד בן שמונה, נותרנו לבדנו. הגענו לנובינו, כפר צ'כי, שם מצאנו מחסה בביתו של צ'כי שהעסיק את אחי בסריגה ואותי במרעה".

### נותרתי לבדי

"יום אחד ביקש ממני אחי להתלוות אליו לסוף הכפר יהודי אחד, ששיתף פעולה עם הגרמנים, סיפר לו שיוביל אותנו ויהודים נוספים ליחידת פרטיזנים סובייטיים.

בדרךנו לנקודת המפגש בסוף הכפר הגענו למקום שבו נזכרתי שרדפו אותנו. למרות היותי האח הצעיר, נטול הסמכות, סרבתי להמשיך בדרך. זכורות לי עשרים דקות שנראו כנצח, בהן נאבקנו אחי ואני במשיכת ידיים, עד שלבסוף ניתקתי מידי אחי וברחתי חזרה לביתו של הצ'כי אשר בנובינו. לימים הסתבר שבחירה אינטואיטיבית זו הצילה את חיי. נותרתי לגמרי לבדי, השריד האחרון למשפחתי".

### הגשמת החזון המשפחתי

"בשנת 1944, בהיותי בן תשע, כאשר הצ'כי לא יכול היה להמשיך לתת לי מחסה, הוא הוביל אותי בחשאי לרובנו, לבניין מגורים יהודי. התדפקתי על הדלתות עד שמצאתי יהודי שמוכן היה לשכן אותי בביתו, ומצא לי תעסוקה במכירת גפרורים וסיגריות בשוק. יום אחד נתפסתי על ידי שני שוטרים חסונים, שלקחו אותי לתחנת המשטרה וממנה לבית יתומים. כיהודי יחיד בבית היתומים מצאתי את עצמי נרדף שם, וכשהילדים הלכו לארוחת הערב, התחמקתי דרך חלון חדרי שהיה בקומה השנייה, וברחתי חזרה ליהודי מרובנו.

לאחר תקופה של עבודה משותפת במסחר ברובנו ובלובלין, בקש אותו יהודי למצוא תכלית לחיי והביא

## מאז לעכשיו

כפר גנים ג' חגגה עשור עם ותיקי כפר גנים רבתי  
דורון קורן



מקהלת הוותיקים עם סורין סוכריאנו על האקורדיון.  
צילום: דורון קורן.

חוויה יוצאת דופן. תודה לדידי ולנאוה דגן שהשאילו פריטים מהצריף לתצוגה בתערוכה.

כמו-כן, תודות למיימיק קינן (משה קלינסקי) שגר בהיבנר 56, צמוד לבניין המחלבה המקורי של המשפחה. באחד מסיפוריו נדהמתי לגלות קשר בין גרעין תנועת הנוער של "מחנות העולים" בכפר גנים לבין קריית חיים מקום הולדתי, לאריק מרקוס על סיפוריו והספר שכתב שעזרו לי לארגן את המצגת, ליהודה טל (טלישבסקי) ולשייקה שניצרו על חומר למצגת, ולניצה פלדמן, לטובה, לדני ואורי אופיר על התמונות.

לאחר האירוע שלחה לי שושנה צוריאל (שטרן) מותיקי כפר גנים את סיפורה יוצא הדופן של משפחתה, לפיו הוריה הגיעו לכפר גנים בשנת 1921 וחיו בבידוד משאר בתי הישוב ללא מים וחשמל בסמוך לשבטי בדואים במשך כ- 20 שנה.

תודות נוספות לכל מי שסייע ותרם להצלחת הערב: לשרה'לה זמיר התוססת והבלתי נלאית שארגנה באופן ספונטני את מקהלת הוותיקים, לסורין סוכריאנו שליווה את המקהלה באקורדיון, לראובן דטנר שתרם מצוירו לתערוכה, לדרורה קולסקי, לסופי ולצוות המדהים של מתנ"ס עולמות על הליווי, ארגון האולם ועל ציוד ההגברה, לעינת אלישע ולבנות ביה"ס למחול, לשירן רובינשטיין וצביקה שטרן על העזרה הלוגיסטית ולאחר כפר גנים ולעיתון כפר גנים על הפרסום.

לערב קדמו תחקיר ועבודת הכנה, אשר במסגרתם ביקרתי בארכיון פ"ת, נפגשתי עם מספר תושבים ותיקים, שמעתי סיפורים מרגשים ומעניינים של חלוציות אמיתית וגיליתי מקומות קסומים ונעלמים.

הייתה זו בהחלט חוויה בלתי נשכחת!

האירוע הופק והונחה ע"י דורון קורן חבר ועדת תרבות וועד השכונה בשיתוף עם מתנ"ס עולמות ובחסות בנק לאומי ומשרד הנדל"ן דורונדל"ן שבקניון גנים

ערב חוויתי ומרגש עבר עלינו במתנ"ס עולמות בחגיגות עשר שנים לכפר גנים ג'. בקהל הרב היו ותיקי ומייסדי כפר גנים ותושבי כפר גנים ג'. את האירוע כיבדו בנוכחותם ראש העיר אורי אהד ומכובדים נוספים.

הבאים צפו בתערוכת מוצגים ותמונות מראשית ההתיישבות בכפר גנים, ובתערוכת איורים של נופים עכשוויים מאת תושב השכונה, הצייר ראובן דטנר.

ותיקי כפר גנים שיתפו בסיפורים וחוויות אישיות מראשית ההתיישבות.

בנוסף, נהנינו מריקודי תלמידות ביה"ס למחול של עינת אלישע, ממצגת של עבר מול הווה בשכונת כפר גנים שהוכנה על-ידי במיוחד לאירוע, משירת מקהלה של ותיקי השכונה ומחלוקת תעודות יקיר כפר גנים שהוענקו למייסדים.

קטע מרגש במיוחד היה כשנאוה דגן סיפרה כיצד רכש אביה את האדמה מוועד כפר גנים בשנת 1927. בקהל נכחה נעמי גרינבלט, שבאופן מדהים ולא מתואם מראש הביאה עמה תעודת מכר שכתב אביה בן צבי, שהיה חבר בוועד כפר גנים. הסתבר שזו בדיוק הייתה תעודת המכירה לאבא של נאוה דגן. השתיים התרגשו עד דמעות.

תודה לטובה דגן, אישה מדהימה בת 94, שחיה בבית המקורי מלפני שבעים שנה בצמוד למגדל המים בהיבנר 50. מאחורי ביתה ישנו פרדס מניב, ובו הצריף של נתן הבר, אביה, שגור בו בצניעות כל חייו. בצריף עדיין ישנם כלים ומסמכים מאותה תקופה, וביקורי אצלה היה עבורי



צילום: דורון קורן



## ניהול, אחזקה וניקיון בניינים משותפים

### שירותים נוספים

ללקוח תינתן האפשרות לקבל מגוון שירותים איכותיים במחיר אטרקטיבי! להלן מגוון שירותים נוספים ש"לשם אחזקות" מציעה לקהל לקוחותיה.

#### שירותי Handy man הכוללים:

- עבודות אינסטלציה
- תיקוני צבע/שפכטל קלים
- החלפת ידיות/צילינדר לדלתות
- החלפת כיוון דלת מקרר/מיקרוגל
- תליית מדפים, תמונות, וילונות וכד'
- הרכבת רהיטים
- התקנת מסכי LCD / פלאזמה
- הוספת שקעים חיצוניים תקשורת/חשמל/טלויזיה
- הרכבת/פירוק גופי תאורה
- החלפת נורות
- התקנת אטמור
- החלפת גוף חימום, תרמוסטט (דוד חשמל)
- התקנת טיימר/שעון שבת למזג/דוד חשמל וכד'
- הרכבה/פירוק אסלה/ניאגרה, ברזים, תנור חימום
- פתיחת סתימות

חברת "לשם אחזקות" מציעה שירות ניהול לבית המשותף במטרה לשדרג עבור דיירי הבית את איכות החיים בביתם, לפטור את הדיירים ואת הוועד מהטרדה וזמן יקר הנדרשים לביצוע ניהול וועד הבית, ענייני גבייה, להעלות את רמת התחזקה ולקבל את השירותים השונים במחיר תחרותי ובאיכות גבוהה.

אנחנו ב"לשם אחזקות" שמים לנגד עינינו את הצורך של הדיירים בניהול יעיל, איכותי, שירותי והכי חשוב "הראש השקט" כאשר ניהול ותחזוקת הבית מבוצעים כראוי ביעילות ובשקיפות כמובן.

[www.leshem-holdings.co.il](http://www.leshem-holdings.co.il)

טל: 03-6500562, נייד: 054-2622216



# ארץ ישראל שלנו

היא נתנה לנו מאלוקים. הבה נהיה ראויים לה



ציור תנ"ך/ הכניסה לארץ המובטחת  
ציירה: אהובה קליין © (שמן על בד)

הקב"ה מבטיח לאברהם: "...לזרעך נתתי את הארץ הזאת מנהר מצרים עד הנהר הגדול נהר פרת" (בראשית ט"ז, י"ח). ובחומש דברים נאמר: "ראה נתתי לפניכם את הארץ, בואו ורשו את הארץ אשר נשבע ה' לאבותיכם לאברהם, ליצחק וליעקב לתת להם ולזרעם אחריהם" (דברים, א, ח). מכאן שארץ ישראל נועדה לעם הנבחר שקיבל את התורה בהר סיני באומרו כאיש אחד בלב אחד: "נעשה ונשמע".

עלינו לזכור כי זוהי ארץ מיוחדת, השונה מכל הארצות, כמו שנאמר: "ארץ אשר ה' אלוקיך דורש אותה תמיד עיני ה' אלוקיך בה מראשית השנה עד אחרית השנה" (דברים י"א, ב). כלומר, המולדת ניתנה לעם במתנה על תנאי-קיום עשרת הדיברות. משום כך אלוקים מתבונן בנו לאורך כל הזמן ובוחרן את התנהגותנו.

בחכמה ננהג, אם ביום חגנו נשאל את עצמנו: האם אנחנו ראויים ל"ארץ זבת חלב ודבש"? (שמות ג, ח). האם לא כדאי שנשפר מספר דברים, כגון: מיגור האלימות, אהבת הזולת ואחדות העם?...

הבה ניחל כי נוכל לממש את זכותנו על ארצנו בכבוד, ובהתנהגותנו נקריין אור לגויים. נתאחד כאיש אחד בלב אחד למען עתיד טוב יותר לנו ולדורות הבאים.

אני מזמינה אתכם להכנס לבלוג - "בראי התנ"ך"  
<http://ahuvaklein.blogspot.com>

בערב יום העצמאות ערכו במשפחת אור סעודה חגיגית. הם הזמינו את כל בני המשפחה המורחבת וטרחו להוסיף שולחנות וכיסאות.

המפה הצחורה ועליה הכלים והמפיות בגווני לבן שידרו חגיגות נפלאה. במרכז השולחן היה מונח אגרטל ורדים בוהקים וצחורים כשלג, והאוכל הערב לחיך כבר הוגש אל השולחן.

טרם החלו בסעודה נעמד הסבא על רגליו ופתח בדברים שנאמרו בחיל ורעדה וברמעות בעיניו: "אנו שמחים לארח את בני המשפחה ביום חגיגי זה- יום חג עצמאותנו בארץ המקודשת לנו. זוהי הנקמה המתוקה שלי בצורך הרשע שהשמיד מספר כה רב של יהודים בשואה. כל נשכח, מטרתו הסופית הייתה להכחיד את כל העם היהודי ללא השארת זכר ופליט, והנה אנחנו כאן, כל המשפחה לענפיה, הילדים, הנכדים, הנינים... מי היה מאמין? כמה אני מודה על כך לאלוקים! זה היום עשה ה' נגילה ונשמחה בו!"

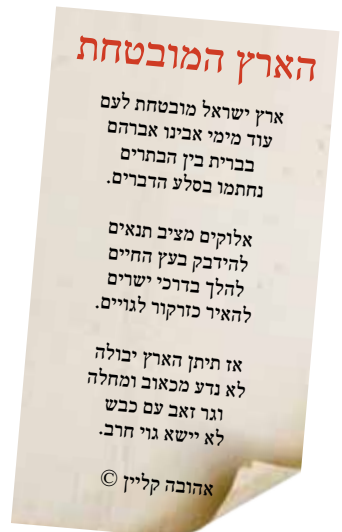
כמדי שנה, ביום העצמאות, ישראלים רבים גודשים את הפארקים ברחבי הארץ ומרבים בנפנוף-בשר על האש. זהו יום של כיף. עם זאת, מן הראוי ל"תבל" את הארוחה גם במעט רוחניות על ידי ציטוט פסוקים מתוך ספר הספרים. פסוקים שמוכיחים את זכותנו על מולדתנו הקדושה.

כבר בתחילת חומש בראשית שואל רש"י: "מדוע התורה פותחת דווקא בסיפור הבריאה ולא במצווה הראשונה:

"החודש הזה לכם?"

ותשובתו: "יש לכך מטרה חשובה. אם בעתיד יבואו אומות העולם ויתרעמו עליכם באומרים: ליסטים אתם-

נגבתם את הארץ הזאת, תענו להם: העולם כולו נברא בידי אלוקים וברצונו נתן את הארץ לאשר ישר בעיניו. נטל מהגויים ונתן לנו".





# עוצמה RE/MAX®



## משרד התיווך הגדול בכפר גנים

### למכירה בכפר גנים



קוטל חדש ביגנס (בת גנים)  
310 מ"ר מגרש, 280 מ"ר בני



5 חדרים בעצמאות  
134 מ"ר, קומה ב', עורפית, 2 חניות



בית פרטי בשמעוני (נה עוז)  
620 מ"ר מגרש, 700 מ"ר בני ספואר ביותר



4 חדרים ביגאל מוסינזון  
120 מ"ר, משמש 20 מר + מ.שמש קטנה



3 חדרים במייזר  
90 מ"ר, מרוחת, מושקעת אדריכלית



5 חדרים במסקין  
קומה נ', מושקעת ביותר ומעוצבת מקסימלית



קוטל 8 חדרים ברפאל רייס  
350 בני, 250 מגרש, מעוצב ומושקע



קוטל 7.5 חדרים בעמנואל לויס  
300 מ"ר בני 250 מגרש ספואר ביותר



3 חדרים בברטוב  
80 מ"ר, משופצת לגמרי, מיקום שקט ביותר

חשיפה בעיתון נדלן משרדי והיחיד בפ"ת לנכסים מצולמים ✓  
 שיתוף פעולה בין 30 סוכנים שעובדים במשרד ✓  
 חשיפה ארצית באתר עם 70,000 כניסות בחודש ✓  
 חשיפה באתר משרדי ממוקד לאזור כפר גנים ופתח תקווה ✓  
 שיתוף פעולה מלא עם כל המתווכים ✓  
 למעלה מ- 300 עסקאות בשנה ✓  
 מקום 3 בארץ ו- 13 באירופה במכירות השנה ✓  
 חשיפה למאגר של אלפי משפרי דיור (קונים/מוכרים) ✓  
 העובדים בלעדית עם רימקס בעיר ומחוצה לה ✓

סניף כפר גנים - לוחמי הגטו 30 מ. מסחרי. טל: 03-9242878  
 סניף מרכז - ההסתדרות 23 ר. קולנוע היכל. טל: 077-4207300



## שמנו את הבעיות "על השולחן"

ראש העיר והצוות הניהולי שלו ביקשו ללמוד על הבעיות הדורשות פתרון בשכונת כפר גנים ג'



ציגי ועד השכונה ופעיליה זומנו ללשכת ראש העיר החדש אורי אהד. בפגישה שנערכה בתאריך 5.3.13 נכחו מנכ"ל העירייה, סגנו, נציגים מרוב אגפי העירייה וצוות הניהול החדש של ראש העיר. במפגש זה העלנו את רוב הבעיות העומדות כעת על הפרק בשכונת כפר גנים ג'.

צדוק בן משה יו"ר ועד השכונה ואחראי תחום חינוך העלה את הצורך בבניית חטיבת ביניים ותיכון. כמו-כן, הביע התנגדות למעבר לצהרונים המופעלים על-ידי העירייה, זאת לאור ניסיון העבר, והעלה דרישה להיות שותפים לכל התהליך בנושא הצהרונים.

שלום עטר, אחראי תחום בטחון ויו"ר ועדת תרבות העלה את הצורך הדחוף בנקודת שיטור קהילתית בשכונה, בהחזרת פעילות סיירת המושבה ובהקמת גינה קהילתית. כמו-כן, ביקש שהעירייה תסייע בתקצוב העדלאידע וארועי תרבות נוספים שוועדת תרבות יוזמת לרווחת התושבים.

איציק אופק, אחראי תחום פיקוח ותברואה, העלה את הצורך בהגברת הפיקוח על הבנייה הלא חוקית; סככות, פרגולות וכדומה, בהסרת שלטי פרסום, בזירוז הפיתוח בכניסה לשכונה ובהגברת הפיקוח על חניות לא חוקיות.

צביקה שטרן, אחראי תחום תנועה ותחבורה, העלה את הבקשה להארכת קו 53 עד תחנת רכבת קריית אריה והחלפת המידיבוסים באוטובוסים גדולים, העלאת תדירות קו 350, וכן העלה בקשה להוספת קו חדש שייצא מהשכונה או יעבור דרך השכונה למרכז תל אביב. כמו-כן, ביקש למנוע חניית משאיות ואוטובוסים ברחוב העצמאות על-ידי הצבת תמרורים האוסרים חניית רכב מעל 4 טון בשילוב של עמודי חסימה, וזאת בנוסף להצבת עמודי חסימה באזור הקניון.

כאחראי תחום פיתוח ומבני ציבור, העלתי שוב את ההתנגדות לתכנית רוזמרין ובקשתי בחינה נוספת של עמדת הוועדה המקומית. ביקשתי מההנהלה החדשה להיצמד לתכנית האב של מבני הציבור בשכונה ולא לתת לגורמים חיצוניים ולשיקולים פוליטיים להתערב, לפעול בניגוד לתכנית ולהשתלט על שטחי הציבור. כנציג הוועד

בוועדת פרוגרמה, אמשך לוודא שהחלטות יתקבלו בצורה מסודרת ולפי נהלי ההקצאות.

בנוסף, ביקשתי לזרז את הקמת מבני הציבור שהובטחו לנו כמו האודיטוריום ומבנה הספרייה, וכן את הכשרת שני מגרשי החנייה בשטחים הציבוריים ברחוב ישראל עידוד פינת נקש ובמתחם יד הבנים.

נציגי בנין ספריט ברח' נקש 15 העלו את הבעיות במתחם המערבי של השכונה הנמצא בתנופת בנייה מאסיבית.

ראש העיר ונציגי העירייה הביעו הערכה רבה לפועלו של ועד השכונה. אנו מודים לראש העיר ולצוות המכובד שנכח בפגישה על התייחסותם הרצינית לנקודות הרבות שהעלינו. נקבעו פגישות המשך עם צביקה הרפז, מנהל פרויקטים בלשכת המנכ"ל שירכו את הפעילות מולנו.

### עדכונים לגבי סניף הדואר בשכונה

לצערנו הזכיין שנבחר במכרז רשות הדואר לנהל את סניף כפר גנים ג' ויתר משיקולי כדאיות, וכך גם הנהלת הקניון ירדה מהצעתה לנהל את הסניף מאותם שיקולים.

אפשרות נוספת היא לאחד את שני הסניפים לסניף אחד גדול שימוקם בקניון גנים. אולי אז ברשות הדואר יואילו להשתתף בהוצאות או להגמיש את התנאים, על-מנת שהעסק יהיה ריווחי.

במכתב ששלחתי ב- 13.3.13 למנהל סניפים וסוכנויות ברשות הדואר, מר מוטי קרקו, קראתי לו לקחת אחריות על מתן שירות הולם לתושבים מתוקף המחויבות של חברת דואר ישראל למדינה.

אני מבקש מהתושבים "להפציץ" את רשות הדואר במכתבי תלונה לנציבי תלונות הציבור בפקס:

076-8870010 או במייל: orava@postil.com

# אפריל

## בקניון גנים

### ימי די סנאט

17:30 / 3.4

**הכנת משחק קופסא -  
משחק הזיכרון**

17:30 / 10.4

**מובייל מגן דוד ברוח החג**

17:30 / 17.4

**פרחים מפלסטיק ממוחזר**

17:30 / 24.4

**זר פרחים מבצק סוכר**

### ימי בי מופעים

17:30 / 22.4

**טליה בחרץ החלומות**

טליה מביעה לאורך החלומות שם הכל יכול להיות! היא פוגשת חברים מפתיעים וכל אחד תלום מיוחד ושונה. גם לטליה חלום גדול להגשים, מי יעזור לה ומי ינסה לחבל בחלומה ?



17:30 / 29.4

**חגיגה של תזמורת  
עם סופר חלי**

חלי הקטנה מנסה להכין הפתעה לחבר ובעזרת אש האמונה היא הופכת מילדה רבילה ל"סופר ילדה"! מופע מוזיקלי הכולל השתתפות פעילה של הילדים בריקודים, שירים ונגינה בתזמורת!



### יריד דוכנים

ימי ד' 19:00-10:00 ימי ו' 14:00-09:00

יום העצמאות מהח!!

בואו להיות גיבורי שנת הבייסבוק - קניון גנים פתי גיבור   
[www.facebook.com/ganimmall](http://www.facebook.com/ganimmall)

קניון גנים

**חניה חינם!** רחוב העצמאות 65, כפר גנים ג', פתח תקווה  
**טל הקניון** 03-9224699 [www.ganim-mall.co.il](http://www.ganim-mall.co.il)

הקניון שומר לנבואת אהרן הכהן ולבצב שמיים בחובות. התמונות להמחשה בלבד. ס"ל.



## חוגגים "על האש"

איך עושים זאת בריא ככל האפשר?

### השדרוג הבריא לארוחה במדורת ל"ג בעומר ובמנגל של יום העצמאות-

**1.** חשיפת מזון ובשר בפרט, לאש ולעשן אינה בריאה: היא גורמת להיווצרות חומרים מסרטנים (כמו בנוזפירן) כתוצאה מחריכה של שומן הבשר. לכן בחירה של בשר רזה המכיל פחות שומן תהיה עדיפה (זה נכון גם בהקשר לכולסטרול ומחלות לב). רצוי להימנע מהנחת הבשר על אש חיה (יש לחכות בסבלנות עד שהגחלים יאפירו), רצוי לצמצם את זמן החשיפה לאש (צלייה קצרה) ויש להסיר חלקים שרופים במידה וקיימים. השרייה במרינדה תקטין את הנזק שנגרם בצלייה ותשפר את הטעם. כמו-כן, עדיף שימוש במנגל חשמלי או מנגל גז.

**2.** התרכוז בבשר איכותי המכיל חלבון, ברזל וויטמין B12. ויטמין B12 הינו מרכיב חיוני לתפקוד תקין של תאי הדם האדומים ושל תאי מערכת העצבים. מחסור ב B12 עלול לגרום לאנמיה ויתבטא בחולשה, בעייפות ובמקרים חריגים בבעיות זיכרון. ויטמין B12 נמצא במזונות מן החי בלבד, כגון: בשר, ביצים, חלב וגבינות. העדיפו עוף, פרגיות, הודו, בקר רזה כמו כתף פילה וסינטה ודגים. הימנעו מבשר שמן ועתיר בכולסטרול כמו כבד ואיברים פנימיים אחרים, צלעות, אנטריקוט ונקניקיות. העדיפו קרב והמבורגר מתוצרת בית, שתכולתם ידועה לכם והם מכילים בשר רזה.

- 3.** אם תרצו להוסיף פחמימות, נסו את הפיתות המלאות, הקלות או בחרו פיתות קטנות.
- 4.** רצוי לאכול תפוח-אדמה אפוי ולהימנע מצי'פס מטוגן. בנוסף לקלוריות הרבות שתורם הטיגון, השמן נהרס (גם אם השתמשתם בשמן איכותי כמו שמן זית או קנולה) והופך אותו למוצר המזיק לבריאותנו.
- 5.** סלטים כמו טחינה או חומוס תורמים קלוריות רבות ולכן רצוי למרוח מהם מריחה דקה.
- 6.** סלט ירקות או ירקות על הגריל תורמים ויטמינים, מינרלים וסיבים תזונתיים ויהיו תוספת בריאה לארוחה.
- 7.** אל תבזבוזו קלוריות מיותרות על שתייה מתוקה. העדיפו מים או שתייה דיאטטית.
- 8.** משקאות אלכוהוליים, כולל בירה, תורמים לא מעט קלוריות ולכן מומלץ לצמצם בצריכתם. (100 - 150 קק"ל למנת אלכוהול).
- 9.** עדיף לקנח בפירות העונה התורמים ויטמינים, מינרלים וסיבים ולהימנע מעוגות ועוגיות המכילות יותר קלוריות ושומן. אפשר לקנח גם בקרטיב רגיל או דיאטטי.
- 10.** נצלו את חיק הטבע לטיול רגלי, לרכיבה באופניים או למשחקי כדור.

המזון	גודל מנה	ערך קלורי (קק"ל)
שיפוד חזה עוף/ הודו	חמש חתיכות בינוניות (110 גר')	160
שיפוד פרגית עם בצל ושמן	כ- 100 גר'	270
קרב מבשר בקר/ הודו	יחידה (100 גרם)	220
המבורגר בקר	יחידה בינונית (100 גרם)	230
פיתה	יחידה בינונית (100 גרם)	250
סלט חצילים במיונז	כף (כ- 30 גר')	80
סלט כרוב	כף (כ- 40 גר')	30
סלט טחינה/חומוס	כף (כ- 30 גר')	100

אורית וקסמן / דיאטנית קלינית מוסמכת M.Sc, ומדריכת אירובי ועיצוב הגוף. לייעוץ תזונתי ואימון גופני אישי ניתן לפנות בטלפון: 050-7362193

המאמר מציג המלצות כלליות בלבד, ואינו מהווה ייעוץ הניתן על ידי דיאטנית קלינית מוסמכת.





# נדל"ן כפר גנים



054-8192007/ אילנית בניטה  
מומחית לכפר גנים ג'

052-6397335 / ילנה קוזלוב  
מומחית לכפר גנים

## נמכרו השבוע - המקצועיות שלנו-הרווח כולו שלך!



נמכרו!  
בדגל ראובן 4.5 חדר' ק"ו



נמכרו!  
במסקין 5.5 חדר' ק" 5



נמכרו!  
בנשיאים 4 חדר' ק"3



נמכרו!  
בכרם 4 חדר' ק"3



נמכרו!  
ביהושע בן נון 3 חדר' ק"4

[www.nadlankfarganim.co.il](http://www.nadlankfarganim.co.il)



קפלונסקי 5 חדר' ענקית ק"5!  
מ"ש 25 מ"ר סוכה !!



מסקין 3 חדר' ק"2  
מרווחת, מ"ש, מ"ד, יח' הורים



יוסף נקר דופלקס גן 5 חדר'  
מושקעת! בינה 90 מ"ר



בפנחס חגין דופלקס 6 חדר'  
גוף פתוח! 2 מ"ש סוכה



בעצמאות דופלקס עורפי מושקע  
ושקט! 6 חדר', 3 מרפסות שמש!



ביוסף נקר דו משפחתי מושקע  
וחדש! בלב השכונה!



בברץ דירת נג 4 חדר',  
נג 100 מ"ר, זכויות בניה!



בקק"ל דירת 4 חדר' ק"4  
ענקית 125 מ"ר, מעלית



בדגל ראובן דירת נג 6 חדר'  
מסודרת, מעלית ו-2 חניות



בארלוזורוב 2 חדר' ק"2 ניתן להסב  
ל-3 חדר', פנימית ושקטה



בסלומון דירת 3 חדר' ק"4  
95 מ"ר, משופצת, מעלית



ביהלום דירת 4 חדר' ק"ו  
שקטה, מושקעת, מעלית וחניה



## חדר הישיבות הביתי

אחד החדרים השמישים ביותר בבית הנו חדר הישיבות האינטימי, הלוא הוא חדר השירותים, וגם כאן ניתנת חשיבות לפרטים הקטנים

### קיר גב אסלה

קיר גב האסלה נראה לעין עם הכניסה למרחב. מכאן, הרצון לתת לו דגש על ידי חיפוי פסיפס מעניין (שניתן להדביקו גם על חיפוי קיים), חיפוי באריחים צבעוניים או במדבקת טפט. גם מדף מפורזל מעל האסלה יכול להוסיף למראה רענן ולנוחות, כשעליו ניצבים ספרי לניחוח נעים או עציץ קטן עם צמחיה מלאכותית.

### הציוד המתבקש - ידידותי למשתמש

התייחסות לציוד נדרש מבעוד מועד יוצרת נוחות: כלי מעוצב לגילי נייר, מדף מפורזל להנחת ספרי או מפיץ ריח, מדף קטן לסבון נוזלי לידים וכן מתלה למגבת לצד הכיור. גוון המגבת יתייחס לגוונים הנבחרים לשאר האביזרים בחלל. את המברשת לניקוי השירותים אפשר להציב בתוך אגרטל צבעוני ויפה ולא דווקא במיכל הפלסטיק הפשוט הנמכר בחנויות.

### איבזור נוסף שמעניק ערך מוסף לחדר

מקום לעיתונים, לתשבצים ולעפרון או לספרי עיון עם אימרות קצרות אמנם מרמז על אפשרות לישיבה ממושכת, אך גם מגלה רגישות לצרכים אותנטיים. בובות על מדף האסלה מונעות תחושת בדידות, ושטיחון מעניק תחושת חמימות ומגע נעים לכפות הרגליים.

חדר הישיבות האינטימי יכול להפוך בקלות למרחב שנעים להיות בו!

### שירותי אורחים - חובה?

עד כמה ראוי להקדיש כ-1.5 מ"ר מהמרחב הדירתי לטובת שירותי אורחים?

להלן שאלות מכוונות: 1. כמה אורחים פוקדים את הבית, וביאור תדירות? 2. במצב בו כבר קיימות בבית שתי אסלות (בחדר רחצה כללי ובחדר ההורים), האם כדאי להשקיע באסלה נוספת? 3. האם הבית בן שתי קומות? (כי אז אסלה בכל קומה היא חיונית). 4. האם חדר הרחצה הכללי ממוקם סמוך למרחב הציבורי? במקרה כזה ניתן ליצור חדר רחצה כללי מזמין ומשודרג עבור כל באי המקום. 5. האם סיפוח מרחב שירותי האורחים למרחב סמוך בבית ישדרג אותו משמעותית? (חדר אוכל מרווח יותר או פינת משפחה בעלת אופי סלוני).

מענה על שאלות אלו יכוון להחלטה נכונה.

### האם יש צורך באסלה בחדר הרחצה?

קיומה של אסלה בחדר הרחצה חיונית מאין כמוה. אם בכל זאת קיים אילוץ להפרידה, ראוי שחדר השירותים יהנה מכיור לנטילת ידיים, גם אם כיור קטן.

### מידות להתנהלות אנושית תקינה בחדר השירותים

על אורך החלל להיות כ-1.30 מ' - 1.50 מ', על-מנת לאפשר כניסה מרווחת. לרוחב החלל נדרשים 80 סמ' להתנהלות תקינה עם המרפקים בעת הישיבה על האסלה. יש להביא בחשבון את מיקום הדלת, הכיור לנטילת הידיים וגודלו.

### קיר בהייה מעניין

בעת הישיבה על האסלה אנו בוהים בעיקר בקיר שממול. אפשר לתלות עליו תמונה שנעים להתבונן בה, לחפות אותו בחיפויים נעימים לעין, או להדביק מדבקות על חיפויים קיימים.



ציקי אורון - מעצבת פנים וסטייליסטית

טל: 054-2424976

zikioron@gmail.com

www.tzikidesign.co.il



# דורנדל"ן

## משרד הנדל"ן של כפר גנים ג' קניון גנים-העצמות 65

האתר שלנו בסמרטפון שלך

## רוצה למכור נכס בכפר גנים ג'? אנחנו נותנים לנכס שלך את החשיפה המקצועית והמתקדמת ביותר בענף



פרסום הנכס בדף שלנו: **דירות למכירה בכפר גנים ג' סרטון וידיאו לנכס** בערוץ שלנו **דיוור ישיר בדוא"ל**: למאגר ממוקד של מאות לקוחות פוטנציאליים **פרסום באתר הנדל"ן המקצועי והנצפה ביותר: [www.doronadlan.co.il](http://www.doronadlan.co.il)** **פרסום הנכס באפליקציה בסלולר**: ישירות בסמרטפון של הקונים **פרסום בעיתונות**: המקומית, האזורית, החילונית והדתית.

**וגם תעודת אחריות לאיכות השרות שלנו**: לא מרוצים לא משלמים!  
**וגם נפנק אותך בסופ"ש בצימר זוגי** על חשבוננו לאחר המכירה!



## יש לנו קבלות והצלחות - ממשיכים לסגור עסקאות



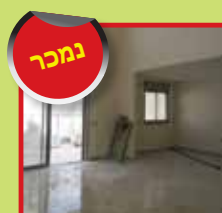
5 חד' ק. 1 חדשה  
ברח' נקר



2 דופלקסים, 6 חד'  
חדשים ברח' נקר



3.5 חד' ק. 1 מרווחת  
ברח' בן מייזנר



דופלקס לופט 6 חד' חדש  
ק. 7. ברחוב אויברך

## אנחנו כאן בשבילך לפגישת ייעוץ ללא התחייבות מצידך

**054-4404286**



**אורית**  
052-2898878

דורון ואורית מותיקי כפר גנים ג'  
מומחים בשיווק נכסים רק בכפר גנים ג'  
במשרד היחיד הממוקם בכפר גנים ג'



**דורון**  
054-4404286

**[www.doronadlan.co.il](http://www.doronadlan.co.il)**



גם לגדולים! חברי ועד השכונה: שרה קפלן, חיים לביא, דובל'ה שטאוב וחווה מתחיהרו נהנים בהצגה של "כרוב ספוג" ו"בלי בליסימו"

## נווה של פעילויות

בוועד נווה-עוז הוותיקה דואגים לתושבים-ממיפוי ליקויים ועד אירועי תרבות

**חיים לביא**

**חיים לביא, חבר ועד נווה-עוז הוותיקה**

**ממפים את צרכי התושבים**

כחלק מהצטרפות מספר ועדי שכונות ל"מועצת התושבים" ולסיעת "הפתח תקוואים" שבהן חברות כבר למעלה מעשר שכונות, ולקראת פגישה מתוכננת עם ראש העיר ומנהלי העירייה, ועד שכונת נווה-עוז הוותיקה ממפה את צרכי תושבי השכונה.

לצורך כך, חילקנו שאלונים בתיבות הדואר של תושבי השכונה ואנו מבקשים מכם להעביר אותם אל חברי הוועד, על-מנת שנוכל למפות את הליקויים. הנושא חשוב ביותר לשיפור פני השכונה ואיכות חיינו. במידה ולא קיבלתם את הטופס או שיש לכם שאלות בנושא, אנא הכנסו לאתר השכונה בכתובת:

[www.neveoz.co.il](http://www.neveoz.co.il) ושלחו לנו הודעה ב"צור קשר".

**תרבות בשכונה**

פעילויות התרבות בשכונה מתחלקות על-פי עונות החורף והקיץ. עונת החורף היא עונת פסטיבל הצגות הילדים של נווה-עוז. בחודשים אוקטובר עד אפריל מתקיימות הצגות לילדים פעמיים בחודש בימי שבת באולם התרבות ע"ש רשיש.

עונת הקיץ היא עונת פסטיבל הסרטים של נווה-עוז. בחודשים יולי ואוגוסט, בכל יום שלישי מוקרן סרט בגינה על גבי מסך ענק, במהלכו מחלקים לילדים פופקורן וברד ובסיומו הם מקבלים הפתעה.

לבני הנוער מוקרנים בשעות הליל המוקדמות סרטי אקשן או קומדיות.

**טקס יום הזכרון**

אירועי יום הזכרון בנווה-עוז הם מהמוצלחים בעיר, ומופקים על-ידי ועד השכונה ותלמידי חטיבת הביניים "בן-גוריון" בלוי במאי ומפיק מקצועיים.

לקראת יום הזכרון הוקם גל עד מיוחד באתר השכונה ובו רשימת הנופלים וסיפוריהם, בני נווה עוז שלחמו בעוז, חרפו נפשם ונפלו במערכות ישראל.

יהי זכרם ברוך.

תושבים יקרים, אנו כאן לשירותכם-

יו"ר הוועד- יגאל שפירא

גובר הוועד- דובל'ה שטאוב

חברי הוועד- חיה ברויטמן, חווה מתתיהו, שרה קפלן וחיים לביא.

**פרטי התקשרות ניתן למצוא באתר השכונה:**

**[www.neveoz.co.il](http://www.neveoz.co.il) / חברי וועד.**



# חודש אפריל במתנ"ס עולמות

## טקס יום הזיכרון לשוואה ולגבורה

בסימן "אלה דברי האחרונים"  
שיתקיים ביום ראשון כ"ז בניסן תשע"ג  
7.4.13 שעה 20:00  
באולם הספורט של מתנ"ס עולמות

בהשתתפות:

מנחה: משה לישי  
נגן קלרינט: חנן בר סלע  
קבוצת התעמלות משולבת תנועה בהדרכת אורלי אבידן  
מקהלת "פרחי ישראל" - גבעת שמואל  
מחזן מוסיקלי - מאיר גבאי  
מנהל אומנותי - ארנון גלברג

דלתות האולם יסגרו בשעה 19:50 בדיוק

## ערב שירי לוחמים עם אילן טל ויוסי גרושקה

בערב זה נארח את הלוחם אריה שניכר  
אשר יספר את סיפורם של "נערי המלך"  
אחת מיחידות צה"ל הסודיות ביותר  
טרם מלחמת ששת הימים  
שתפקדה היה להגן על מובלעת  
הר הצופים ביחשלים מפני הירדנים

**ביום חמישי 11.4.13**  
שעה 20:30

## חוצון ילדי עולמות

ביום רביעי 3.4.13 שעה 17:30  
הצגת ילדים

"התרנאות של אפרת כרפואת"  
עם תיאטרון "צחוקי"ה"  
ליליא 3 ומעלה  
25 ש באכילה חוקצאת 30 ש ביום ההצגה

ביום רביעי 10.4.13 שעה 17:30

"פרח טוח אל תכנה" סאוף קור  
הצגת יחיד עם נווה ופניק  
ליליא 3 ומעלה  
20 ש באכילה חוקצאת 25 ש ביום ההצגה

ביום רביעי 17.4.13 שעה 17:30

הופע "אקוסטיקי"ה"  
הופע שירי ילדות אקוסט-אופר צ"י תרבות לישראל-שירי ילדות  
אלה הפגיש בשיתוף שתי אטרות וכלי הקשה בשילוב קטעי הווד  
ובאופן אחיד ויס  
20 ש באכילה חוקצאת 25 ש ביום הופע

ביום רביעי 24.4.13 שעה 17:30

טרט "שוארי האצדות"  
בדיבוב צברית, סרטי בהספקה ופצה לכל ילד  
ליליא 4 ומעלה  
20 ש באכילה חוקצאת 25 ש ביום הטרט

## הרצאה - אימון אישי

עם המרצה רחל שרגל - מאמנת אישית ומסקיית

ההרצאה חינם. יש להירשם במייל 6885555@gmail.com

או בטל 052-6885555

ביום חמישי 25.4.13 שעה 20:30

רח' שולזינגר 10, פ"ת 49211, טל. 03-9233280 פקס. 03-9233281

## מזותרפיה

עדיין לא נמצאה הדרך לעצור את הזמן, אבל קיימות שיטות יעילות לעכב את נזקי הזמן, ואחת מהן היא מזותרפיה

**מ**זותרפיה היא שיטה שנועדה במקור לטיפול בבעיות רפואיות, אולם בהמשך הורחבה בהצלחה רבה לתחום רפואת העור האסתטית וטיפול אנטי אייג'ינג, ונפוצה כיום ברחבי העולם. בשיטה זו מזריקים לעור כמויות מזעריות של חומרים פעילים באופן ממוקד לאזור המטופל להאטת הזדקנות העור.

בין הגורמים המאיצים את הזדקנות העור: חשיפה לשמש, עישון, זיהום סביבתי, תזונה לקויה, תורשה, שינויים הורמונאליים ועוד. עם השנים הנזק מצטבר, והתהליכים הטבעיים בעור של ריפוי ובנייה מחדש הופכים איטיים יותר. העור הופך בהדרגה רפוי, יבש, דק, חסר גמישות, קמטוטים הופכים לקמטים, ומראה העור הכללי עייף ונפול.

בטיפול מזותרפיה מוזרקים לעור מרכיבים הקיימים בו באופן טבעי, כאלה שהעור זקוק להם לשיקום ולשימור מראה צעיר, בריא ורענן. קיימים הרכבים וריכוזים שונים של חומרים, המתאמים לכל מטופל/ת לפי מצב העור ומטרת הטיפול, וכוללים: ויטמינים ומינרלים, חומצה היאלרונית, חומצות גרעין, חומצות אמינו, קו-אנזימים ונוגדי חימצון.

חומרים אלה חיוניים לבניית תאי העור, להאצת קצב חידוש התאים, לעידוד יצור קולגן ואלסטין שהעור מאבד עם השנים, לשיפור חילוף החומרים בתאים, לאיזון הלחות בעור, לחיזוק מערך ההגנה הטבעי של העור, להגנה מפני השפעתם ההרסנית של הרדיקלים החופשיים ולנטרול נזקי השמש.



נעמי עזר



\*תמונת אילוסטרציה

פעילותם המשולבת של כל המרכיבים מחזירה לעור ברק טבעי, לחות, נפח, גמישות, מוצקות ומרקם אחיד, ומשפרת משמעותית קמטים וצלוקות אקנה.

מודעות לעור מטופח אינה מסתכמת רק בפנים.

השקעה במראה פנים צעיר נפגמת כשבמקביל העור בשאר חלקי הגוף מראה סימני הזדקנות. מזותרפיה מציעה פתרון מקיף, בהיותה מתאימה לטיפול באזורי הפנים, הצוואר, המחשוף וגב כף היד.

מזותרפיה מתאימה לנשים ולגברים ולכל סוגי העור, ומומלצת כטיפול מונע בשלב מוקדם לפני שסימני הגיל בולטים. התהליך הינו הדרגתי ונעשה בסדרת טיפולים המובילים לשינוי מצטבר ומשמעותי בעור.

כל טיפול (המבוצע על ידי רופא/ה) אורך מספר דקות, ומיד לאחריו ניתן לחזור לשגרה. התוצאות מרשימות וניכרות כמעט באופן מיידי!

כדי להשיג תוצאות אפקטיביות לאורך זמן יש להתמיד בטיפול מזותרפיה משמר כל כמה חודשים, ומומלץ לשלב טיפול תומך ומשלים לטיפול אנטי אייג'ינג נוספים כמו פילינג, הזרקות למילוי קמטים ובוטוקס.

נעמי עזר, קוסמטיקה רפואית מתקדמת,  
טל: 052-3929793, [www.neomiezer.co.il](http://www.neomiezer.co.il)

### הטבה לקוראי עיתון כפר גנים

### טיפול פנים בהתאמה אישית

ב-150 ₪ בלבד (במקום 450)

טיפולים אסתטיים מתקדמים | הזרקות | טיפולי פנים | הסרת שיער | פדיקור/מניקור  
\* הטבה חד פעמית עם הצגת שובר זה \*\* למימוש בחודש אפריל בהזמנת תור מראש

קופלמן אברהם 10 (נווה עוז) פתח תקוה 052-3929793

[www.neomiezer.co.il](http://www.neomiezer.co.il)

NE נעמי עזר  
קוסמטיקה רפואית מתקדמת



# נעמי עזר NE

קוסמטיקה רפואית מתקדמת

P.M.E.

HAVA ZINGBOIM  
cosmeceuticals

**30% הנחה**  
על כל המוצרים של חווה זינגבוים

תאריך: 15.05.2013

טיפולים פרא רפואיים מתקדמים | אפילציה |  
הזרקות חומרי מילוי: חומצה היאלרונית / בוטוקס  
ע"י רופאה מומחית ברפואה אסתטית ובדרמטולוגיה קוסמטית |  
איפור קבוע | פילינגים | פדיקור/מניקור | עיצוב גבות

קופלמן אברהם 10, (נווה עוז) פתח תקווה | 052-3929793  
e1960noemi@walla.com | www.neomiezer.co.il

חפשו אותנו ב-

# דני סויסה רץ לראשות העיר

”יש לעיר הזו פוטנציאל עצום. אם אוכל לקבוע את המדיניות, בזכות הנסיון המעשי שצברתי, אני מאמין שבתוך זמן קצר מאוד אוכל להוביל את העיר להישגים יוצאי דופן”

שירן רובינשטיין



דני סויסה, מנכ"ל קמפיון תחרות

## כל תושב נחשב!

ולחיטיב עמם, והעשייה הציבורית חסרה לי מאוד. עם הנסיון המעשי שצברתי ובשל הכרותי את המערכת, כקובע המדיניות אני מאמין שבזמן קצר מאוד אוכל להוביל את העיר להישגים שישיעו על כל שכבות האוכלוסיה.

היית שותף עיקרי לקידום ענייני העיר בעשור משמעותי ביותר בחיי העיר. על אילו פרויקטים מוטבע חותמך האישי?

כשנכנסתי לתפקיד המנכ"ל היה גרעון עצום בתקציב העירייה והפעילות האינטנסיבית בוצעה בד בבד עם איזון התקציב. במהלך השנתיים הראשונות המשימה הכי חשובה ומורכבת שבוצעה הייתה הנעת מערכת

הוא בעל ניסיון עשיר, ניהולי ותפקודי, היה שותף חשוב בקידום העיר פתח-תקווה בעשור משמעותי ביותר בחייה, ומחזיק ברזומה של שורת פרויקטים שנעשו בעיר בשנים האחרונות. **דני סויסה**, מי שהיה מנכ"ל העירייה והזרוע הביצועית של אוהיון מבקש היום לקבוע את המדיניות. הוא משוכנע שעם הנסיון המעשי שצבר והכרותו את המערכת, הוא יוכל להוביל את העיר להישגים יוצאי דופן ובזמן הקצר ביותר.

סויסה, בן 45, נשוי לסימה, אב לים (חיילת), אופיר (7). ראם (5) ואמרי (3), גר בשכונת פג'ה (קרית אלון) בעיר. הוא נולד במעברת (היום שכונת) "עמישב". בן רביעי מבין שמונה ילדים. למד בבית ספר "מורשה" וב"במעלה" ובפנימיית עליית הנוער "צבי ציטרין". היה חניך ומדריך בתנועת הנוער "בני עקיבא".

בצבא שירת כמפקד טנק בחיל שיריון. לסויסה תואר ראשון במשפטים ובמדעי החברה וניהול ותואר שני במדעי קומוניקציה.

חמש-עשרה שנים עבד סויסה בעיריית פתח-תקווה. תפקידו הראשון היה כרכז נוער שוליים במתנ"ס עמישב, ומאז עבר תפקידים שונים בהצלחה, ביניהם: יוזם ומקים היחידה לתכנון אסטרטגי, סגן לוגיסטי למהנדסת העיר וסמנכ"ל העירייה, עד שהתקדם לתפקיד מנכ"ל העירייה בין השנים 2004 - 2009.

כמו-כן שימש כיו"ר איגוד המנכ"לים בשלטון המקומי. לאחר שהופסקה עבודתו בעירייה כיהן כמנכ"ל דור כימיקלים וכן כמנכ"ל חברת אחזקות בפעילות ב"ל. היום עובד סויסה כמשפטן במשרד עו"ד.

לאחר חמש עשרה שנים בתפקידים שונים בעירייה ומספר שנים בסקטור הפרטי, מה גרם לך לרצות לחזור לחיים הציבוריים ולהתמודד על ראשות העיר?

ההבדל העיקרי בין הסקטור הציבורי לפרטי הוא תחושת השליחות. במשך תקופת עבודתי בעירייה הייתי אחראי על החלק הניהולי והתפעולי. מחוץ למערכת הבנתו שהרצון שלי כאדם הוא להשפיע על חייהם של אחרים



של למעלה מ-2000 עובדים ויישום אינסוף פעולות ומענים.

אפשר למנות פרויקטים רבים עליהם הייתי אחראי, ביניהם: מיתוג העיר, שיפור חזיתות מבנים, בניית מבני ציבור, פיתוח המוקד העירוני, מחשוב העירייה, הקמת הפארק הגדול, בניית איצטדיון הכדורגל, הקמת בתי-ספר, סיום היכל התרבות, ופרויקטים של העצמת התושב וטיפול בקהילה האתיופית. הייתי אחראי לבטחון האישי של התושבים החל מאכיפה, פינוי פולשים ועד תאורה ברחובות, לבטיחות התושבים- החל מצביעת מעברי חצייה ועד איבוד בתי-הספר ולתחושת השייכות- החל מהמיתוג ועד בניית חזון ליצירת תוכן. כמו-כן, טיפול במערך החינוך ובתחום הבינוי- תוכניות שלא הושלמו.

אי-אפשר לתמצת את העבודה העצומה, שהיקפה הכספי עולה על עשרה מיליארד ש"ח, אשר טופלה על- ידי באופן אינטנסיבי כמנהל היחידה האסטרטגית, כסגן מהנדס העיר, כסמנכ"ל וכמנכ"ל העירייה.

בתקופה שבה שימשתי הזרוע הביצועית של אוהיון לא היה חודש שבו לא הכרזתי על חידוש, על שינוי, על פעולה לטובת הציבור. זכותי להיות בתפקיד משמעותי, ויחד עם עובדי עירייה נחושים עמדתי במשימות בכבוד. פרויקט שאני גאה בו במיוחד נקרא פרויקט העצמאות- שהנו טיפול במשפחות קשות יום.

נסינו העשיר בניהול העירייה מהווה יתרון עבורך כמתמודד, אולם הוא עלול להיות בעוכריך כאשר לתחומים שטופלו באופן לקוי, לדוגמה, בעוד גני ילדים נבנו בקרואנים, השקעתם סכומי עתק בבניית פסלים ובשיפוץ רחוב חיים עוזר. לא מדובר בסדר עדיפויות לקוי?

אני מודע לכך שאנו תמיד נמדד על פי מה שלא הספקנו לעשות ובגלל זה אני כאן עכשיו. תמיד עשיתי חקירה מתמדת של צרכים ויצירת פתרונות.

באשר לבניית הקרואנים לגני הילדים- לאחר מאבק ממושך הצלחתי להוביל החלטה שייבנו אך ורק מבני קבע, אולם סדרי העדיפויות ומועדי ההשקעה נקבעו ממניעים אחרים. היום אני מבקש את הכוח מהציבור כדי לשנות את מנגנון החלוקה של התקציב, על-מנת שדברים כאלה לא יישנו.

את רוב ההשקעות בעיר ביצענו בעקבות מחקרי עומק של רצון התושבים. ההשקעה במרכז העיר שהוא בן למעלה מ-100 שנים, נובעת מהצורך לחדש וליצור תחושת שייכות של הפתח-תקוואים לעיר כולה ולא לטבעת החיצונה בלבד. התושבים בטבעת החיצונה רואים עצמם כאילו הם חיים בעיר אחרת. אין סיבה שמרכז העיר שלנו לא יהיה "שנקין", ושהשוק לא ישמש

מרכז בילוי כדוגמת שוק מחנה יהודה. בתוך היקף הפעילות העצום שכלל אדריכלים, יועצים ומהנדסים, קשה להיות חפים מטעויות. הובלנו שינוי, אך הוא נגדע באיבו, ולכן נראה מקרטע. חייבים להמשיך אותו. זו יצירה אחת שיש להשלימה עד תומה.

בנוסף, צריך להחזיר למרכז העיר את הבטחון האישי. בשלוש השנים האחרונות התרבו הדירות המפוצלות והמקלחות המשותפות, מה שמהווה "תחרות" לתחנה המרכזית של תל-אביב ויוצר הגירה של עובדים זרים למרכז העיר בתנאים לא תנאים.

האיצטדיון העירוני המפואר שהיה לך חלק נכבד בהקמתו גרר גם הוא טענות על בזבוז כספי ציבור.

כמובן שכל השקעה יכול שתהיה שנויה במחלוקת. רוב בבנייה של עיר אי אפשר לבנות רק מבני חינוך. רוב הכסף לבניית האיצטדיון הגיע מפינוי האיצטדיון הישן, מהיטלי השבחה ומהטוטו. מועצת העיר ראתה בפרויקט הזה פרויקט דגל ואני כמנכ"ל יישמתי אותה. פרויקט הדגל שלי במידה ואבחר הוא הפארק הגדול, שאת התוכנית לו התחלתי לפני שמונה שנים. אין סיבה שלא יהיה לנו את פארק "גני יהושע" שלנו.

היו טענות רבות גם לגבי הטיפול העירוני הלקוי בעולים מאתיופיה.

אני נלחמתי בכל הכוח כדי לשלב את הילדים במוסדות החינוך בעיר, כדי שלא יהיה ילד אחד שיגדל בתחושה שהוא לא רצוי. היום בבית הספר של בתי, שלומדת בכתה ב', מחצית מהתלמידים הינם עולים מאתיופיה. לדעתי, כישורי החיים שהילדים מקבלים בכתה מעצם האינטגרציה והצורך בעזרה הדדית, עולה לאין ערוך מהחשש להישגים לימודיים נמוכים.

בשכונות החדשות-כפר גנים ג', אם המושבות ונוה גן - היה חסר תכנון לטווח ארוך. השכונות סובלות ממחסור בתשתיות בתחום מבני ציבור, מבני חינוך ותכנית תנועה. האם העירייה לא העריכה נכון את מספר התושבים הצעירים? מדוע איפשרתם את המשך הבנייה הרוויה ואת איכלוסה ללא דאגה מקדימה לתשתיות הולמות?

בניית תשתיות והקצאת משאבים הן שאלות של מדיניות. כמנכ"ל לא קבעתי את המדיניות, אלא יישמתי ובצעתי את החלטות מועצת העיר. בכל מה שקשור במבני ציבור זו הייתה מלחמה אישית שלי - כאשר ביקשתי לאכלס תלמידים בשטח שהובטח לקבוצה פוליטית אחרת, היה זה "הקש ששבר את גב הגמל" ביחסי עם אוהיון ואשר הוביל לפיטוריי.

באשר לתוכנית התנועה- כפר גנים תוכננה לפי 11 יחידות לדונם ואם המושבות לפי 24 יחידות לדונם.

המשך בעמוד הבא <



סריסה עם סגן נשיא ארה"ב, ג'ו ביידן שאמר: "ישראל היא המדינה החמישית ואחת שלנו ואנחנו גאים בפתח תקווה"  
צילום: "סטודיו עמרם"

במועד תכנון השכונות נלקחו בחשבון בראייה עתידית 1.2 רכבים לדירה, ובבצוע התוכניות, לפני למעלה מעשור וחצי עודכנו ל-1.7 רכבים ליחידת דיור. ברור שהצפי הזה לא תואם את המציאות...

הפתרונות לגבי תשתיות, מבני חינוך וגני ילדים יכולים להנתן באמצעות תכנון תקציבי. קרי, תעדוף פרויקטים בזמן נתון. אם אבחר לראשות העיר, אני אהיה זה שיקבע את המדיניות. אוכל לדאוג לכך שכל מוסדות החינוך ייבנו הרבה לפני אכלוס הבניינים. אני מתחייב לבצע זאת כראש עיר. אך אדגיש, שלצורך יישום המדיניות והימנעות מלחצים פוליטיים, יש צורך בקואליציה רחבה, לכן אני מבקש את הכוח מהציבור.

**עוזרך האישי דאז, רמי גרינברג, שמתמודד גם הוא על ראשות העיר, העלה טענות לא מעטות כלפיך לאחר פרשת המיילים.**

כל המיילים שהועברו ללשכת המנכ"ל הועברו תחילה אליי בידיעתו הברורה של גרינברג ובהתאם לחו"ד היועמ"ש, בעקבות שימוש לא חוקי של רמי במייל העירוני. אני מאחל לו שימצא את מקומו בחיים ואם הוא מתמודד- זו מדינה דמוקרטית, ניתן לציבור להחליט.

**נטען כי לאחר פיטוריך, במשך מספר חודשים המשכת לקבל משכורת לא חוקית מהעירייה.**

אכן המערכת שילמה לי שכר שלא כדין לאחר פיטורי, שלחתי מכתב לגזברית על-מנת שתתוקן הטעות והשכר הושב במלואו.

**כמנכ"ל העירייה הייתה לך תדמית של אדם מרוחק.**

במשך שנים ראיתי מול עיניי את הצורך בלתת שירות, לשלם בזמן שכר, לפתח את העובדים ולעמוד במשימה מתוך אחריות. היו לילות שלא ישנתי וימים שהייתי טרוד במציאת פתרונות. עשיתי זאת בשמחה, אך העיסוק הזה שאב ממני אנרגיות רבות. אני בא מבית חם וממשפחה גדולה, מקיים בית מארח ויש לי חברים רבים. באופן אישי אני אוהב מאוד אנשים וחברה. עם זאת, הנטל הרב והצורך להשקיע ולספק את צורכיהם של האחרים יצר רושם של ריחוק, ואולי גם הישירות שלי מתפרשת לעיתים כריחוק. אלה שמכירים אותי יודעים שזה רחוק מהמציאות.

**אילו תכונות שלך יכולות לסייע לך בתפקיד ראש העיר?**  
תכונות כמו התמדה, חשיבה לוגית ראציונלית, האהבה שלי למערכת ולציבור, האמונה שלי שאנחנו יכולים לשנות, וההבנה שלי את הפוטנציאל של העיר, של העירייה ושל התושבים.

**מהן נקודות החוזק שלך על פני יתר המועמדים?**  
הניסיון הניהולי והתפקודי, ההכרות שלי עם המערכת, יכולת היישום הלכה למעשה, ממשחבה לשטח, כמו-כן, היקף ההשכלה ובעיקר הניסיון ויכולת הביצוע. יש לשאול את המועמדים האחרים אם הם יכולים לתת דוגמה לפרויקט אחד שבוצע על-ידם... למען האמת, לשאר המתמודדים ייקח שנתיים ללמוד את המערכת.

**מהי פ"ת בשבילך? מה מיוחד בה עבורך?**

פתח תקווה עבורי היא בית, חברים, הזדמנות, תפילה. העיר ייחודית בתמהיל התושבים ובאיכותם. מיקומה אסטרטגי - בין שלושה כבישי האורך ושני כבישי הרוחב של המדינה. זו העיר העשירה ביותר בארץ ועם הפוטנציאל הגדול ביותר בארץ, ואני מאמין שביחד עם התושבים ניתן להפוך אותה לבירת גוש דן. בפגישה עם סגן נשיא ארה"ב, מר ג'ו ביידן, ציינתי בפניו שפתח תקווה היא עמק הסיליקון של המזרח התיכון, איזור הייטק שדואג להקים תשתית רחבה לחדשנות והתפתחות כלל איזורית.

**מהו החזון שלך לגבי העיר?**

אני שואף להגשים את החזון העירוני שחיברתי בשנת 2006, עלה הון עתק ושוכב במגירה. לקחתי צוות שלם שתכנן את העיר ואת המקומות שאליהם היא צריכה

להגיע. במסגרת זו יצרנו תוכנית אב, תוכנית עבודה מקושרת תקציב, תוכנית מיתוג ואסטרטגיה ליציאת תוכן.

**מהם הדברים הדחופים ביותר בהם תטפל אם תבחר לראשות העיר?**

קשה לתמצת הכל במשפט. נחזיר את המנגנון לתפקוד כך שיוחזר הביטחון האישי. מערכת החינוך תפעל להפחתת הנטל מכל משפחה, בכך שתאפשר לתלמידים להשאיר בתוך המסגרת, ליהנות מחוג או להכין שיעורי בית, וכך ההורה יוכל לעבוד עד שעות אחה"צ. נחזיר את הגינון, הנקיון, המוקד העירוני, את הרישום לגני ילדים ואת ההתייחסות לקשישים ולגמלאים למסלול חיים נורמטיבי. כל המשאבים קיימים וניתן לעשות זאת בטווח של חודשים.

מעבר לטיפול השוטף נדרשים פתרונות ספציפיים לכל שכונה בעיר. כבר גנים ואם המושבות זקוקות לטיפול בהול בתחום התשתיות והחינוך ובטווח הארוך זקוקות לטיפול בתחום התחבורה והבינוי. בין הפתרונות שאני מתכנן לכפר גנים יהיו בניית מבני ציבור נוספים ובתי כנסת לגיבוש הקהילה. כמו-כן, יש לשלב את התושבים בפעילויות השונות למען בטחונם האישי ולשיפור איכות חייהם- החל ממשמר אזרחי ועד לצעידה משותפת של התושבים.

**נפריח את השממה** במבני הציבור, בבתי הכנסת ובמבנים לנוער לפעילות במשך כל שעות היום.

---

**למרות שהפכנו ל"קצב של עיר" ניישם את "לב של מושבה", בכך שנחזיר את חיי הקהילה גם אל מחוץ לפייסבוק**

---

**מהם רעיונותיך לגבי דור העתיד?**

כאבא, אני מוצא את עצמי מתחבט בשאלה איך לשלב בין הרצון והצורך של הנוער במקומות בילוי ובין הבנייה הערכית, שצריכה לתמוך את תקופת הבגרות וגיבוש האישיות. הפתרון מורכב משני חלקים- האחד הוא יצירת מקומות מפגש לצעירים, כולל בארים ומועדונים, והשני הוא יצירת מנגנונים- תנועות נוער, אגף הנוער, פעילויות אחה"צ, שייצרו לכידות של הנוער סביב חשיבה ועשייה ערכית.

**בפרסומיך אתה מביטח רבות, האם יש כיסוי תקציבי למימוש ההבטחות? האם לא תצטרך לעמוד באילוצים קואליציוניים?**

אני פונה לציבור לבוא ולהצביע. ככל שייצוגו של ציבור במועצה יהיה בהתאם לגודלו באוכלוסיה, כך ייקטנו

האילוצים. אני שם את סדר העדיפות על השולחן ואני מצפה לקבל את הכוח וליישם אותו.

**תסביר את הסלוגן "כל תושב נחשב".**

אני רוצה לשנות את הדפוס המרכזי, לפיו אנשים חושבים שלצורך פתרון בעיה צריך "חבר שיסדר". כראש עיר תהיה לי את היכולת להפוך את הארגון ואת הפקידים המצוינים שבו לחברים של כל תושב. אוכל להפוך את המנגנון לכזה שכל הזמן לומד מחדש את צרכי התושבים. ההבנה הזו היא המנוע ליצירת פתרונות. מוקד עירוני, מחלקת גבייה, פיקוח, רשות חנייה- כולם יהיו עירניים ל"לקוח" שלנו- לתושב.

כמנכ"ל העירייה עודדתי את העובדים לחשוב אחרת, ואף הענקתי חופשת סוף שבוע לפקח אשר העביר תלונות שנשלחו עליו. הצלחת העובדים תמדר על-פי הנחשבות שיעניקו לתושבים. זו עבודה ארגונית מאומצת, שהבסיס שלה מושתת על פיתוח ארגוני.

**לפני מספר חודשים קמה סיעת נציגי השכונות בשם "הפתח תקוואים". מה מוביל לדעתך, לחבירה של שכונות חדשות וותיקות להליכה משותפת למועצת העיר?**

מוביל אותם הרצון להפוך כל תושב לנחשב. זו פעולה מבורכת שתיצור חברי מועצה חדורי מוטיבאציה. יחד עם זאת, זה דומה לרעיון שראשי ערים יתמודדו מטעם ערים לכנסת. יהיה קשה עד בלתי אפשרי לייצג שכונה, אבל זה יוליד עוד מנהיגים חדשים וזה מבורך.

**מה התחבבים שלך? על מה לא תרצה לוותר?**

התחבב הכי גדול שלי הוא כתיבה. אבל אני מאמין שאת כל שעות הפנאי שיוותרו לי אקדיש למשפחה.

**מיהם החברים הקרובים שלך?**

עד היום החברים שלי הם אלה שגדלתי איתם בשכונה ובתיכון.

**מה לא יודעים עליך?**

שאני אלוף הבדיחות בחבר'ה...

**לסיכום, מה תרצה לומר לתושבים?**

באתי מהשכונות, מעמישב, ולקחתי על עצמי לבטל את התיוג של השכונות. עברתי כעשרה תפקידים בעירייה וכל תפקיד ביצעתי במסירות אין קץ, סיימתי אותו בהצטיינות ועברתי לתפקיד הבא. אני לא מאלה שמבטיחים הבטחות שלא בטוח שאוכל לעמוד בהן. אני בא להפשיל שרוולים ולעבוד. הייתי איש ביצוע ולא פוליטיקאי ואני עדיין "מתאמן" בכל הקשור לפוליטיקה. אני מכיר את רוב הנפשות הפועלות בארגון ויודע שכראש עיר אוכל לבנות צוות מנצח שיישם את המוטו- "כל תושב נחשב".



## "אוף, נמאס לי כבר!"

משברי אמצע השנה ידועים ומוכרים. רובם פוקדים את התלמידים בין חופשת פורים לפסח, כשמתחילים להרגיש את האביב בפתח וזאזא הים או המחשב, המיטה והפוך קורצים להם...

ריב מתלונן: "אוף, נמאס לי כבר, לא בא לי ללמוד. המורות משעממות, השיעורים לא זויים, ובכלל קשה לי לקום בבוקר ואני מגיע כדי לישון בשיעור. במילא אני לא כותב כלום ורק לומד לפני מבחנים, והציונים שלי בכלל לא ירדו, אז - בשביל מה ללכת לבית ספר? מה זה תורם לי? רק רישומים של הפרעות, ולחץ מההורים שנכנסים למשוב ורואים את מה שהמורים כתבו עלי".

אמא של יריב ועומר, תאומים, מספרת שכל בוקר מתחיל בריב נוראי עם שניהם. עומר פחות מתחצף, אבל הציונים שלו נמוכים מאוד, ויריב, שמתקשה לקום בבוקר, לפחות שומר על רמת ציונים סבירה. "אני לא מבינה, שניהם בכיתה ט', התיכון לפניהם, זה הזמן להישבר?"

הרבה ילדים חווים את "משבר טרום-פסח". בעיקר בכיתה ט' יש למתבגרים תחושה שבית הספר לא יכול להוסיף להם, ואילו העולם בחוץ מעניין פי אלף!

חלק מהמתבגרים מורדים ומסרבים להופיע לבית הספר, ואפילו מגיעים למצבים של הגעת קציני ביקור סדיר לביתם.

יש להבין- כיתה ט' היא כיתה לחוצה; הן מבחינת הלימודים, הן מבחינת הרישום לתיכון- הקריטריונים הנדרשים והמיצבים, והן מבחינת השינוי הגדול שבפניו התלמידים עומדים.

התלמידים מרגישים שאין להם זמן לעשות את מה שהם הכי אוהבים: מסיבות, מחשב, חברים, טיולים או סתם להסתובב עד מאוחר עם החברה. עולם בית הספר והדרישות שהוא מציב בפניהם, "סוגר עליהם" ונותן להם תחושת כלא.

החופש הגדול שלפני התיכון מלחץ אף הוא: עם מי אהיה ובאיזו כיתה? מבחני הבגרות נראים מאיימים, הציפיות של ההורים ועוד.

חשוב מאוד לזכור, שדווקא בעת משבר אנחנו, ההורים, צריכים לעודד, ללוות ולא לוותר, כי ה"מרד" נעשה מתוך עייפות, עצלות וחוסר חשק - שמולם כל



\*תמונת אילוסטציה

אדם עומד במהלך החיים. הדבר מחייב פיתוח "שוטר פנימי" שיעזור להם בהמשך להתמודד מול משימות נוספות כמו המפקד בצבא או הבוס בעבודה.

### אז קדימה לעצות:

1. הדפיסו לוח בחינות, תלו על המקרר ואזכרו אותם.
2. אם קשה למתבגר ללמוד לבד, פנו לאחת האוניברסיטאות וחפשו סטודנט לחינוך שיגיע מספר פעמים בשבוע לתיגבור בשיעורי בית, עבודות ומבחנים. כך תוכלו אתם להימנע מריבים עם ילדיכם.
3. עודדו את הילדים על כל הצלחה. היסטוריה של הצלחות מובילה לעוד הצלחות, ועיניים טובות של הורים הן המטען הגדול בעולם!
4. הזכירו להם שבסך הכל מדובר בעוד שש-עשרה שבתות עד החופש הגדול (זה נשמע פחות מארבעה חודשים...), וכדי ליהנות מהחופש בלי ספיחים של קורסי קיץ, כדאי להם "לתת גז" ולהשתדל.
5. ערכו איתם הסכמים; פעם בחודש אפשרו להם לא להגיע לבית הספר וליהנות מיום כיף.
6. זכרו, זה גיל שמצד אחד יש בו הרגשה שאתה יכול לעשות ה-כ-ל, ומצד שני אתה כל הזמן חייב לעשות את מה שאומרים לך. התסכול גדול! תנו להם הזדמנויות לקטר, הבינו אותם, והביעו אמפתיה לצד האמונה שהם מסוגלים להתמודד והדברים עוברים מהר.

בהצלחה!!

ענת זפרני מרצה לפסיכולוגיה, M.A בחינוך  
מנחת קבוצות הורים, [www.anat-zafarani.co.il](http://www.anat-zafarani.co.il)



זה לא שהוא לא מבין בדיחות,  
פשוט יש לו שיניים עקומות...



שיניים ישרות ומראה אסתטי תורמים להעלאת הבטחון העצמי בחברה.

## ד"ר נעמי בכור

אורתודונטית מומחית ליישור שיניים ולסתות

מרפאה אורתודונטית מקצועית ליישור שיניים ולסתות, לילדים ולמבוגרים.  
מתן אבחנה רפואית מקצועית.  
קביעת תוכנית טיפולים מדויקת.  
מומחיות במקרים מורכבים.  
מעקב ויעוץ ברמה הגבוהה ביותר.  
שירות אדיב וגישה אמפטיית לכל מטופל.

אפשר לחייך בגדול!



קבע היום תור, ותתחיל לחייך:

רח' שושן ימין 17 פתח תקווה (מול קניון כ. גנים) | 052-8753619 | 03-9233456



## וביום העצמאות - מנגל!

הפעם, באווירת המנגלים - רוסטביף בגרסת צ'אקו (צפון ארגנטינה)

רוסטביף, הוא נתח בשר בקר שנצלה בתנור או במנגל. מקורו של הנתח המיועד לצלייה הוא בחלקיו האחוריים של הבקר, בדרך כלל סינטה, פילה או שייטל, אך גם בחלקים אחרים, כמו אנטריקוט.

הרוסטביף נצלה כנתח גדול, בדרך כלל מעל קילוגרם אחד, שלפני הצלייה משומן ומתובל כהלכה. כנתחים שבהם אחוז השומן הוא נמוך, כמו שייטל, יש שנוהגים לשכך פיסות שומן במטרה לשמור על עסיסות הבשר. הנתח נצלה בחום גבוה על-מנת לצרוב ולאטום את הבשר מבחוץ, ולאחר מכן בחום נמוך יותר לפי דרגת הצלייה המועדפת בחלקו הפנימי של הנתח.

יום העצמאות, חגה הלאומי של מדינת ישראל, מציין את ההכרזה על הקמתה בתום המנדט הבריטי. בה' באייר תש"ח, 14 במאי 1948, נחתמה מגילת העצמאות ודוד בן-גוריון, לימים ראש ממשלתה הראשון של מדינת ישראל, הכריז על הקמת מדינת ישראל.

בן-גוריון יכול היה להמייץ את דגלי ישראל נתלים ברחבי המדינה ככל שנה בעת חגיגות יום העצמאות, ואת ההמונים גודשים את אזורי הבידור, אך אף אחד לא יכול היה לחזות את מה שהשתרש להיות האירוע המרכזי של החג וסמל יום העצמאות-המנגל...

### רוסטביף בגרסת צ'אקו

מצרכים:

- סינטה בקר במשקל 3 ק"ג
- כפות זרעי שומר
- 3 כפות מלח גס
- 3 פלפלונים צ'ילי יבשים קטנים, מפוררים
- 5 עלי דפנה קרועים לחתיכות
- קליפה מגוררת מלימון אחד
- שמן זית
- מלח ופלפל שחור גרוס טרי
- 2 מקלות סלרי קצוצים גס
- 2 גזרים קצוצים
- 1 בצל קצוץ גס
- 1 ראש שום מופרד ל-2 חצאים, לא קלוף
- 12 גבעולי רוזמרין טרי, רק המחטים
- 2 כוסות יין לבן
- 600 מ"ל ציר עוף או ירקות

### אלפן ההכנה:

1. מחממים תנור/מנגל לטמפרטורה גבוהה.
2. פורסים את נתח הבשר לאורכו לקבלת נתח רחב.
3. מניחים את נתח הבשר על קרש חיתוך עם השומן מחורץ כלפי מטה.
4. לוקחים את זרעי השומר, המלח הגס, גרידת הלימון, עלי הדפנה ופלפלונים הצ'ילי וטוחנים אותם עד לקבלת אבקה דקה.
5. מפזרים את האבקה באופן שווה על הנתח.



6. מגלגלים את נתח הבשר (כמו רולדה) וקושרים במהודק עם 5-6 חתיכות חוט כדי שהכל יישאר במקום.

7. מניחים בתבנית אפייה את הסלרי, הגזרים, הבצל, השום, הרוזמרין והיין ומעליו את נתח הבשר.

8. מזלפים מעט שמן זית על העור ומתבלים את הבשר במלח ופלפל (את המלח יש לשפשף לתוך החתכים).

9. מכניסים לתנור/מנגל שחומם מראש לחום מירבי (250 מעלות) למשך 20 דקות.

10. מנמיכים את החום לעוצמה בינונית (180 מעלות), הופכים את נתח הבשר ומוסיפים את הציר.

11. ממשיכים בצלייה עוד 30 - 40 דקות (תלוי במידת העשייה הרצויה).

12. פורסים נתחים דקים, בתיאבון !



## שירה המתוקה מגן "דגדוגים" ואביה אבי חקשורי

ניצלו את ימי חופשת הפסח לבילוי בקניון גנים.



### מצלטנו לכה את רותם ועומר זהבי

בשופרסל גנים בהכנות אחרונות לערב החג. רותם לומדת בכיתה א-2, כיתה נוריות, בבית הספר "אלימלך כנר", ועומר לומד בגן טרום חובה, גן "עורבני". לטענת שני החמודים האלה- הרגעים הכיפיים של החג הם לטייל, לבלות בחיק המשפחה ולהרבות באכילת מצות עם ממרח שוקולד (-):



## קריסטלים

יותר ויותר אנשים מחפשים דרכים אלטרנטיביות להחלמה וריפוי. בחלק מהשיטות המיושמות היום משלבים שימוש באבני קריסטל

### מאיה אריאלי ברון

אבני הקריסטל הן אבנים שנוצרו לפני שנים רבות והתגבשו בצורה מסודרת, איטית וייחודית. מאמינים כי תהליך זה הביא לכך שהן מכילות בתוכן אנרגיה רבה שיכולה להביא לשינוי ואיזון אנרגטי אצל הנושא אותן או הנמצא בקרבתן. עוד בימי ראשית הציוויליזציה השתמשו באבני הקריסטל לריפוי, להגנה מתאונות ולשמירה מעין רעה, ואף במקורות היהודיים יש להן אזכור (אבני החושן). יש שטוענים שהפירמידות במצרים נוצרו באמצעותן, ויש שמאמינים כי שימוש לרעה בקריסטלים הביא לחורבנה של יבשת אטלנטיס. גם המדע מכיר באנרגיה הטמונה באבנים. לא מאמינים? הביטו אל שעון היד שלכם. הוא מורכב מקריסטל הקוורץ הידוע כמוליך חשמלי...

עדיין לא מאמינים? זה בסדר, פעולתה של האבן אינה דורשת אמונה, אלא רק את קרבתכם הפיזית. גם למי

שלא מתחבר לצד הרוחני של הקריסטלים קשה להתעלם מיופיו הנראה לעין. בתעשיית התכשיטים משולבות האבנים באופן תדיר. יש שבוכרים אבנים על-פי המזל האסטרולוגי או הצבע האהוב עליהם, אולם המלצתי היא לבחור אותן באופן אינטואיטיבי, כלומר- לקחת את האבן הראשונה שאליה נמשכתם. אבן זו היא ככל הנראה מה שדרוש לכם באותו רגע. הבנת הבעיה שלכם תכוון אתכם לבחירת האבן המתאימה עבורכם. לחדר בבית מומלץ לקנות אבנים גדולות יותר ולשימוש אישי מומלץ לבחור באבנים קטנות יותר שניתנות לנשיאה.

לכל אבן מיוחסות תכונות שונות ולעיתים מומלץ לשלב ביניהן. השילוב מעצים את תכונותיה של כל אבן ומביא לכך שהשפעתן של האבנים גדולה יותר ונוכחה יותר. אני ממליצה לכם להסתייע באבנים לטיהור, לשינוי הרגלים, לשינוי דפוסי חשיבה ולשחרור אנרגיות לא טובות. הביאו את עצמכם למקום פתוח יותר, בו אתם מקבלים את עצמכם ופנויים לשינוי.

מאיה אריאלי ברון, תושבת כפר גנים  
mayaar@012.net.il, 054-9000301



\*תמונת אילוסטציה



## תאומים - ביחד וכל אחד לחוד

התהליך הטבעי של בניית זהות ונפרדות מההורה הופכת להיות מורכבת וקשה יותר אצל תאומים, שכן הם צריכים להיפרד הן מההורה והן מהאח התאום

ולמצוא עצמם כעצמים או מגינים על אחד לעומת האחר. התנהלות זו עלולה ליצור תפיסה לא מקדמת של "ילד טוב" אל מול "ילד רע". פעמים רבות תאום אחד דווקא יקצין את התנהגותו, כדי להדגיש את ייחודיותו וליצור גבול ברור בינו לבין אחיו. לדוגמה- הורים לתאומים, בנים, בני ארבע תארו בפניי את אחד הילדים כמי שנמנע לחלוטין מציור, בעוד השני מתעסק בכך רוב היום. גם מריבות בין השניים מקדמות את הנפרדות. המשפט- "זה שלי, אל תגע!" נאמר כדי לסמן גבול ברור ביני לבין האחר. במצבים אלה חשוב שלא לנסות לפייס על ידי אמירה כי כל המשחקים משותפים. יש להקצות מגירות נפרדות לכל תאום, כדי שיוכל לשים בהן את חפציו האישיים.

חשוב לי להדגיש - ישנה סכנה כי בתהליך הנפרדות תאום אחד ימשוך את מרבית תשומת הלב מההורים, ואילו התאום השני יחוש כי הוריו אינם פנויים לתהליך שלו ויטתה לצמצם או לדחות אותו. מנגד, התאום הראשון יכול להמשיך ולהקצין את התנהגותו, כדי לשמור את ההורים קרוב אליו. שימו לב לכך ואל תשכחו לשים גבולות. כך הילדים יבינו, כי עומדים מולם הורים חזקים המסוגלים לראות אותם ולמלא את צרכיהם.

אני מציינת אתכם אלה אל'י לילי' עאלות נוסות בקל'א זכר

רינת רופא גורי, עובדת סוציאלית קלינית, מטפלת בילדים, נוער ומבוגרים  
rinatguri@gmail.com / 054-3972187

הורים לתאומים (ושלישיות) זוכרים בוודאי את ההתרגשות בגילוי מספר העוברים בבטן ובהמשך גם את התגובה לנוכח גילוי מין העוברים. כבר אז החלו להירקם הפנטזיות אודות הילדים הצפויים - איך יראו, מה יהיו היחסים ביניהם ועוד. כמו כן, כצורך טבעי של ההורה לנסות ולשלוט בסיטואציה החדשה ומעוררת חרדה זו, התחילו ההשוואות הטבעיות ביניהם - מי בועט יותר חזק, מי רגוע, ולעיתים אף "מי גדל על חשבון אחיו" או "מי תופס יותר מקום". מרבית ההורים אף בונים לעצמם ייצוג חזותי של כל תינוק בהתאם לתכונות האופי שמיוחסות לו. התאומים, מצידם, מתנסים בחוויה של "לגדול זה לצד זה", על יופיה ועל מורכבותה, וזוויה למעשה התנסותם הראשונה בקשר.

כאשר נולדים תאומים הם יכולים להיות שונים במינם, במראם וכן להיות בעלי טמפרמנט שונה. סממנים חיצוניים ופנימיים אלה מובילים לסביבה טיפולית ופסיכולוגית שונה ומובחנת לכל אחד מהם, ובכך מסייעים לכל ילד בבניית הנפרדות הפסיכולוגית.

פעמים רבות, למרות שהורה מזהה כבר מן ההתחלה את השוני שבין ילדיו, ישנה נטייה להתייחס אליהם כאל "צמד". בכסיס נטייה זאת מונחת הנחת היסוד (גם אם היא אינה נאמרת באופן מילולי), כי עליהם להתנהג, להרגיש ולחשוב אותו הדבר. שימו לב, כי פעמים רבות הדיבור על אחד הוא בהשוואה לשני. מדוע? האין זה הגיוני שיהיו שונים? אמנם, דיבור זה הינו טבעי ואינסטינקטיבי, ואנו עושים זאת גם עם אחים שאינם תאומים, אך יש להיות מודעים לכך. אני ממליצה לתאר כל ילד בנפרד, ולא בהשוואה ל... כך נעביר תחושה חזקה יותר של קבלה ולא של שיפוט. לעיתים, הורים נוטים להזהרות עם ילד אחד יותר מאשר עם האחר



# גן שירה



**בכפר גנים ג**

*גן שלום אלקים*



**גילאים 1.5 עד 3 שנים**

בית פרטי עם חצר ענקית מוקף עצי פרי,  
ברחוב טובה ציפורי 10 (מאחורי מרכז פיס בן גוריון)

• חניה בשפע • אוכל ביתי, בריא, כשר וטעים

אין טלויזיה בגן

גנת מוסמכת בעלת תואר ראשון בחינוך  
עם התמחות בגיל הרך



[www.kfarganim.co.il](http://www.kfarganim.co.il)

054 - 4293153

054 - 4241066

## מבחר עשיר ואופנתי

ז'קטים | סריגים | מכנסיים | חגורות | עניבות | שליקים



רח' לוחמי הגטו 32 פתח-תקוה [מרכז מסחרי כפר גנים] 050-7926316 | 052-8913914



## ”מה התכלית של זה הכאב, אם לא לנענע לי את הלב” / שולי רנד



1. בימי הביניים פרעות רבות היו ביהודים. לזכר ההרוגים נקבעו צומות שהתקיימו במשך מאות שנים עד לשואה. ראוי לשוב למנהג יהודי זה דווקא ביום השואה. גם הרב יצחק הרצוג, הרב הראשי הראשון של ישראל, פסק שאין לחשוש מקביעתו של יום צום במועד זה.

2. מטרת הצום היא ”חזרה בתשובה”. ביום בו אנו מציינים את נקודת השפל של האנושות, ראוי שנזכור כי עלינו - כל בני האדם - להיות טובים יותר.

3. לעולם לא נוכל להזדהות עם ניצולי השואה. אולם עם הרעב, תחושה קשה זו המשותפת לכל סיפורי השואה, נוכל להזדהות לפחות באותו היום.

זכור עם ישראל את בניו ובנותיו...

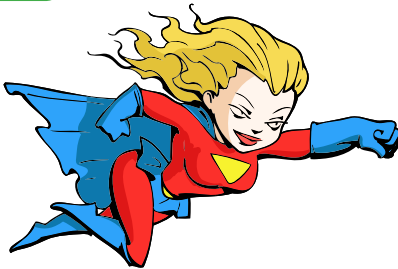
חודש ניסן פותח בשמחת אביב וחג, ומסתיים בתוגת יום השואה. במדינת ישראל קיים חוק לזיכרון השואה: ”כ”ז בניסן, יום הזיכרון לשואה ולגבורה... להתייחדות עם זכר השואה... תחילתו... משקיעת החמה... וסימו בצאת הכוכבים למחרת... תהא בכל רחבי המדינה דומייה של שתי דקות... יתקיימו אזכרות... טקסי התייחדות... הדגלים... יורדו לחצי התורן...”.

השואה היא אסונה של האנושות כולה; זו שביצעה וזו שהתעלמה. אבל היא בעיקר אסונה של האומה היהודית. לכן, ראוי שיהיו ביום הזיכרון לשואה סממנים יהודיים. אולם אזרחי ישראל, חילוניים ודתיים כאחד, מציינים את היום ללא כל סממן מסורתי, למעט העובדה שיום השואה חל בתאריך עברי. הרב פרופסור דוד גולינקין, מגדולי הרבנים של התנועה המסורתית, מציע לקבוע ביום זה תענית ציבור, צום, מכמה טעמים:

אשמח לקבל הארות ותגובות. רבֵּה מיכל שורץ - [michalshva@gmail.com](mailto:michalshva@gmail.com)



## ניבים לכל עת



**אֵשֶׁת חַיִל** = אִשָּׁה חַרוּצָה וְטוֹבָה, שֵׁישׁ בָּהּ אֵת כָּל הַתְּכוּנֹת הַמְּחַבְּבוֹת אוֹתָהּ עַל בְּעָלָהּ.  
**דְּגֻמָּה**: כָּל חֶזֶן סְבוּר שׁוֹפֵלְתוֹ הִיא אֵשֶׁת חַיִל.  
 מקור: אֵשֶׁת חַיִל אֵת (רות ג).

**כַּאֲשֶׁר אֲבָדְתִּי אֲבָדְתִּי** = בֵּין כֶּךָ וְכֶךָ צְפוּי אֲנִי לְאֲבִדוֹן.  
**דְּגֻמָּה**: לְאַחַר שְׁשׁוּטְרֵי מִשְׁטֶרֶת הַתְּנוּעָה עָצְרוּ אֵת הַנְּהַג הַצְּעִיר שׁ”ס” בְּמִהִירוֹת שֶׁל 150 קמ”ש (קילומֶטֶר לְשָׁעָה) וְשָׁלְלוּ אֵת רִשְׁיוֹנוֹ, אָמַר הַבְּחוּר: ”כַּאֲשֶׁר אֲבָדְתִּי אֲבָדְתִּי”.

**טוֹב מֵרָאָה** = יָפֵה תֵּאָר

**דְּגֻמָּה**: הַמְּחַנְכֵת יָפֵת הַתֵּאָר וְטוֹבַת הַמֵּרָאָה נִתְבַּקְּשָׁה עַל יָדֵי כָּל אֶחָד מִן הַבּוֹגְרִים הַלְּהַצֵּטֵלִם עִמּוֹ וְלַחֲתֹם עַל הַתְּמוּנָה, מִזְכֶּרֶת מֵהַשָּׁנִים הַיְּפוֹת בְּחַיִּים.

**בֵּיד רָמָה** = לְעֵינַי כָּל, בְּפִרְהֶסְיָהּ.

**דְּגֻמָּה**: שִׁחְקֵנִי נִבְחַרְתְּ הַפְּדוּרְגָל חֲגַגוּ בֵּיד רָמָה עִם שׁוֹכְם מְרוֹסְיָהּ.

מקור: וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל יוֹצְאִים בֵּיד רָמָה (שְׁמוֹת יד).

נעמן אופיר, תושב כפר גנים ג', עורך אתר הניבים העבריים "ניבונכון" <http://www.nivon.co.il>



## מאפיית בוטיק ובית קפה

אמני שאור, עוגות, עוגיות, מאפים, קישים מוצרים אלא סוכר ועוד ...

אנו אופים במקום בצבצ' יד ובהכנה רכה  
 מאפים ומאפים איכותיים ומשובחים,  
 אפייה בשיטה מסורתית של אישה ומנוחה של הבצק מקנה מלא טרי  
 במומחים באיכות מעולה אלא פשרות,  
 אלא מומחים משמחים כיומיקאים ומשפרים אפייה  
 בשיטה הנקראת שאור - המצב בה האמנים מתמחים בתהליך טבעי ואיטי.  
 גערוכת בריאה יוגר שבה המינרלים והויטמינים זמינים יוגר אלו.  
 אנו מציעים מגוון רב של מאפים בשילובים וטעמים מרגשים.



במבנה הוותיק 92 האנדר גבעת שמואל ע"י HOLMES PLACE  
 המינים 50 פחות תענוה מול בנין וסטאום / תחנת חיים  
 שעות פתיחה א"ב 7:30 - 21:00 | 7:30 - 7:30 שעתיים לפני כניסת השבת  
 פ"מ www.lehem.co 03-5335503

כשר בהשגחת הרבנות גבעת שמואל





מבחר רחב של עורות ובדי ריפוד • סוגי עצים לבחירה • ניתן להזמין לפי מידה  
 \*ליעוץ אישי וליווי מעצב נא לתאם פגישה מראש



ספת עור אמיתי  
 ש"ח 9800

~~16.000~~

עורות איטלקיים לבחירה | לפי מידה | מילוי פוך

**R** Living Room  
 connecting heart with style

ליוינג רום | רח' השלושה 37, כפר מע"ש | 03-9080727

שעות פתיחה: א'-ה' 10:00-19:00, ו' 09:00-14:00



## לכל אחד פרעה קטן

דעו להתמודד עם הדרוש תיקון

**ח**ג הפסח על הכנותיו הרבות, הטירחה הרבה שבאה בעקבותיו וההוצאות הרבות שהוא עלה לכל משק בית, טומן בחובו מסר חשוב שאמור ללוות אותנו כל ימות השנה.

עלינו ללמוד מהדמות הטראגית של פרעה מלך מצרים מה לא להיות.

בספרות המוסר מופיע לא אחת שבעצם בכל אחד ואחת מאיתנו מסתתר לו פרעה קטן. מה חושב לעצמו פרעה כשהוא חוטף מכה אחר מכה? מה גורם לו להאחו בקרנות המזבח? מה גורם לפרעה הקטן שבתוכנו להתנהג כך?

מספרים על יהודי אחד שכגודל עשירותו כך היה עומק קמצנותו. כשהגיע ליומו האחרון, בשעת גסיסתו, הדליקו בני הבית נרות כנהוג לכבוד הנשמה. אותו יהודי התעורר בבהלה ובכוחות לא לו זעק: "זה יקח עוד שעה לפחות, כבו את הנרות"...

לכל אחד יש מה לתקן, ואת הדרוש תיקון כדאי לתקן מיד כדי שלא יחמיר.

הרב ישראל ראני, רב בית הכנסת הספרדי כפר גנים ג',  
טל' נייד - 052-4636288



## הדרך להגשמה עצמית

אל תוותרו על חיים מלאים ומאושרים!  
לכל אחד מגיע!

רחל שרגל

**מ**תי יצא לך לעצור, לקחת פסק זמן לעצמך, ולהגיד- עכשיו אני!

חג הפסח מאחורינו. הגיע הזמן לצאת לחירות. כמה מתאים לעשות עכשיו שינוי, לחיות אחרת, כמו שתמיד רציתי ואף פעם לא מצאתי לכך את הזמן הנכון. "לחיות את הייעוד שלי", כלומר - לחיות חיים מלאי משמעות, חיים מלאי תוכן, סיפוק, איוון והגשמה. זה אמיתי וזה אפשרי! ביכולתי להחליט ולקחת אחריות ושליטה על חיי, כי אני רוצה לחיות אחרת, חיים של הנאה והגשמה.

**אז איך עושים זאת?**

לא כל אחד מצליח למצוא את הדרך להגשמה ולאושר בכוחות עצמו. כיום, יותר ויותר אנשים פונים ל"עזרה" באימון אישי. אימון אישי הוא שינוי לאורח חיים אחר; לחיים מתוך בחירה, מתוך מודעות ושליטה.

אם גם אתה או את מרגישים לפעמים שדי, כך אתם לא רוצים להמשיך, אני מזמינה אתכם להרצאה חווייתית על אימון אישי.

בהרצאה נגדיר מהו אימון אישי ונסקור את השלבים שחווה אדם בדרך לשינוי, בדרך אל האושר.

ההרצאה, ביוזמת ועדת תרבות, תתקיים במתנ"ס "עולמות", ביום חמישי, 25 באפריל, בשעה 20:30.  
ההרצאה ללא עלות, אך מחייבת הרשמה מראש  
במייל: 6885555@gmail.com

רחל שרגל, מאמנת אישית להעצמה, הכוונה לקריירה  
והתפתחות אישית 052-6885555  
www.rachel-shargal.co.il

הזמנה

# לזכרון לשואה ולגבורה בסימן "אלה דברי האחרונים"



שיתקיים ביום ראשון כ"ז בניסן תשע"ג  
7.4.13 שעה 20:00  
באולם הספורט של מתנ"ס עולמות

בהשתתפות:

מנחה: משה ליוש

נגן קלרינט: חנו בר סלע

קבוצת התעמלות משולבת תנועה בהדרכת אורלי אבידן

מקהלת "כרחי ישראל" - גבעת שמואל, מנצח מוסיקלי - מאיר גבאי  
מנהל אומנותי - ארנון גולברג

דלתות האולם יסגרו בשעה 19:50 בדיוק



[www.olamot.org.il](http://www.olamot.org.il) | [olamot@matnasim.org.il](mailto:olamot@matnasim.org.il)

רח' שוליונגר 10, פי"ת 49211, טל. 03-9233260 פקס 03-9233261



מנהל תרבות וחינוך

## חייב לה את חי

"ראשי צנח למים... דום לב!" אני חי כיום - בזכות תושייתה של המצילה שלי שטיין - סיפור אמיתי

דב פלשקס



דב פלשקס והמצילה שלי שטיין

הצלחה. משם פוניתי למחלקת ניתוחי לב חזה על-מנת לעבור ניתוח מעקפים.

היום אני אחרי הכל. בזכות המצילה שלי שטיין נולדתי מחדש.

מה היה קורה אילולא שמה לב לכך שראשי צנח לתוך המים? מה אם לא הייתה לה את התושייה לקפוץ מיד למים, ואת הכוחות האדירים למשות אותי מהמים בכוחות עצמה? מה היה עולה בגורלי אלמלא ידעה שלי לעשות לי החיאה מקצועית בזכות היותה מתנדבת פעילה במגן דוד אדום? איפה הייתי היום?

אני חייב לשלי את חיי. משפחתי ואני אסירי תודה. מי ייתן וירבו כמותה במדינתנו הקטנה - אמן!

ש  
מי דב. אני בן 68, שחיין מגיל צעיר מאד. הייתי מבכירי השחינים ב"מכבי תל אביב" נוער ושחקן כדור מים ב"ברית מכבים עתיד".

ביום שישי, 4.1.13, הגעתי כהרגלי ל"הולמס פלייס" בגבעת שמואל לשחייה היומית שלי. לאחר שיחה קצרה עם המצילה שלי שטיין, נכנסתי למים.

באמצע ה"בריקה העשירית" הרגשתי שאינני מסוגל להמשיך עוד, אך כאשר ניסיתי לעמוד נפלתי על פני כשראשי בתוך המים. הדבר הבא שזכור לי, זה ששכבתי על שפת הבריקה, מעלי המצילה שלי שטיין ומסביבי מספר אנשים. שלי סיפרה שראתה לפתע שראשי צנח לתוך המים, היא קפצה לבריקה הפכה אותי על גבי ומשתה אותי מהמים. אז השכיבה אותי על שפת הבריקה והחלה בהחיאה. דקות ספורות לאחר מכן התעוררתי. כאשר הגיעו אנשי צוות מגן דוד אדום, סיפרה להם שלי שלאחר שמשתה אותי מהמים, בדקה אותי ומצאה כי לא היה לי דופק ולא רגישות לכאב, היא החלה בעיסוי לב.

צוות מגן דוד אדום פינה אותי לבית החולים תל השומר. בשיחה עם אחד הקרדיולוגים הובהר לו שעברתי דום לב בבריקה, ומיד הועברתי למחלקת צינתורים, אך ללא

דב פלשקס, תושב כפר גנים ג', מנהל מרכז רפואי רב תחומי לרפואת שיניים "שנטיב בע"מ"

## פלדנקרייז עם חנה בננה!

ועד השכונה מזמין אתכם, ילדים והורים, לפעילות פלדנקרייז משותפת. השיעורים יועברו בצורת סיפור או מיצג בהדרכת חנה ארבלי חוקרת ועוסקת בתנועה. פעילויות הפלדנקרייז תערכנה בימים שלישי וחמישי בשעה 17:30. הפעילות תערך בחינם, אך יש להרשם מראש.

יש להכין:

1. חדר פעילות בבניין או לחילופין מקום מתאים אחר.
2. מחצלות לילדים ולחורים.
3. הפעילות מחולקת לפי קבוצות גיל: גילים 2-3, 3-4, 4-5. כ-10 ילדים בקבוצה.

אפשר להתייעץ עם חנה 052-6891893

אנא הרשמו במייל: [kfarganim@gmail.com](mailto:kfarganim@gmail.com)

פעילות מהנה!

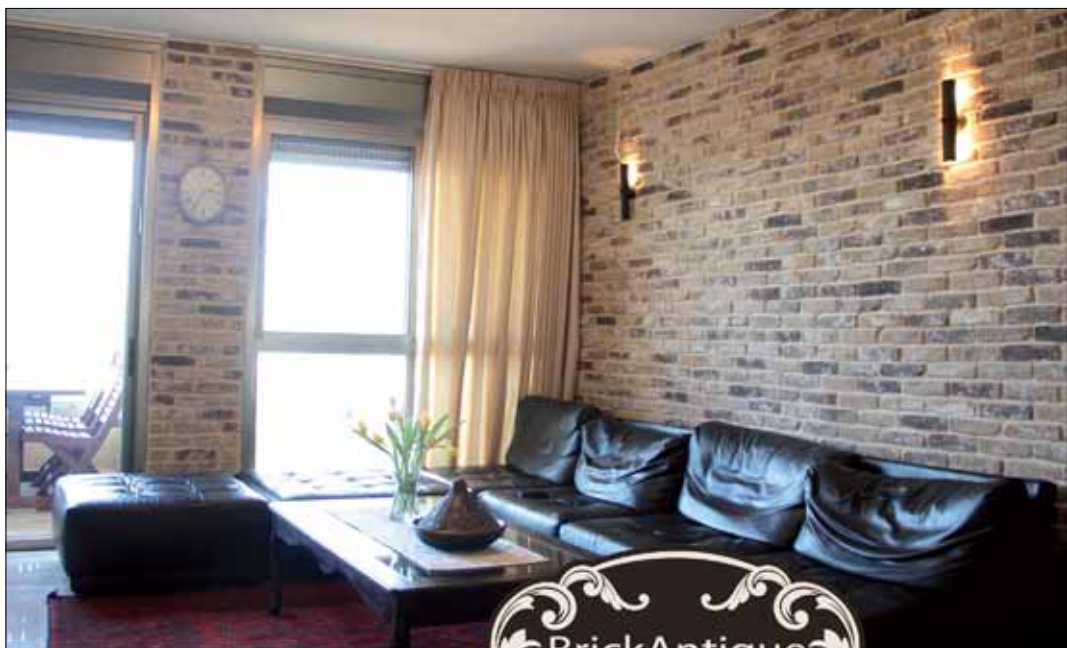
צדוק בן משה, יו"ר ועד השכונה

שלום עטר יו"ר ועדת תרבות

חינם!







## עולם של חיפויים פיוחדים

חברת "BrickAntique" מתמחה בייבוא ושיווק חיפוי אבן:  
בריקים בסגנון רטרו ומודרני, אבן צפחה, סיליקט ועוד

לחברת "BrickAntique" מפעל לייצור בריקים באירופה, עובדה המאפשרת לממש לכל לקוח את הפנטזיה האישית שלו למראה החלל אותו הוא רוצה לעצב עבודה מול לקוחות פרטיים, מעצבים, אדריכלים ואנשי מקצוע בענף הבנייה

**ישירות מהיצרן**  
ללא פערי תיווך

רח' מבצע קדש 15, פתח תקווה, טלפון 03-5281110, פקס 03-5057017, ניד 054-9373884, אתר [www.brickantique.com](http://www.brickantique.com)

## "אל תשאיר בלאגן"

לאחר שני ספרי ילדים, הוציא עמית נגלר, תושב שכונת כפר גנים ג', את ספרו הראשון למבוגרים

אילת שדה



עמית נגלר עם שניים מילדיו שהוהו השראה לספריו- חשן ולביא

תשאיר בלאגן". בספר קובץ של חמישים ושניים סיפורים קצרים המצויים בין מציאות לדמיון, חלקם מבוססים על מקרים אמיתיים ובחלקם אף שזורים פרטים אוטוביוגרפיים.

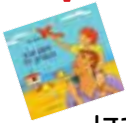
במשך שנתיים כתב ואסף את רעיונותיו, עד שהרגיש ש"זהו". עכשיו הספר מוכן. למה דווקא חמישים ושניים סיפורים? למה דווקא אלה? "ככה". נגלר אוהב לעבוד מהבטן, על פי תחושה. הוא אינו מתכנן ואינו "יושב לכתוב". "אני מצוי בסיטואציה יומיומית רגילה ולפתע צץ לי בראש רעיון. לא מחפש את הסיפורים, הם באים אלי... אני תמיד נושא איתי כלי כתיבה, כדי לכתוב ולא לשכוח".

את סיפוריו למבוגרים כותב נגלר בשפה חופשית, מהמחשבה אל הכתב.

בשנות לימודיו ביקרה אותו מורתו והתלוננה בפני אביו על כך שהילד מתקשה בהבעה בכתב. ודווקא ב"ילד" הזה הכתיבה בוערת לאורך כל השנים.

"בעוד שבעבודתי אני צריך לכתוב בהתאם לדרישות הלקוח, הרי שבספר שלי אני חופשי להיות נאמן לעצמי, לכתוב בדיוק כפי שאני חושב, כפי שאני רוצה, ואני מקווה שיהאבו אותי כפי שאני".

### הטבה לקוראי עיתון כפר גנים



שני ספרי הילדים

לרכישה ב-50 ש"ח בלבד!

"אל תשאיר בלאגן"

קובץ סיפורים קצרים למבוגרים

ב-50 ש"ח בלבד



בהקדשה אישית ועד הבית להזמנות חייגו  
0528-979799

עד גמר המלאי. התשלום במזומן בלבד. ט.ל.ח.

דומה לסיפוריו, כך גם נגלר- בתחילה יוצר רושם תמים, אך בהמשך מתגלה ה"טוויסט" המפתיע. הרושם הראשוני המתקבל מעמית נגלר הוא של בחור דתי ביישן, "ילד טוב ירושלים", אך לאחר היכרות מעט מעמיקה יותר איתו ועם סיפוריו מתגלה הראש ההומוריסטי והיצירתי.

עמית נגלר נולד בשנת 1975 בקריית אתא. להוריו, משה ויעל, הוא מוקיר את מי שהוא היום: "היה לי בית נפלא וחם וילדות מאושרת עם הורים מדהימים. משם הכל התחיל. זה הבסיס".

כיום הוא מתגורר בפתח תקווה, בשכונת כפר גנים ג' ונשוי לאורית, חברתו היקרה ביותר, לה הוא מעניק בבלעדיות את זכות הצנזורה בסיפוריו.

בהקשר לתחומי השכלתו ובזכות ילדיו- חשן, לביא ויאיר, החל לחבר סיפורי ילדים. "לפני השינה, בחושך, לא יכולתי לקרוא להם מתוך ספר, אז פשוט סיפרתי את אשר עלה בראשי..."

נגלר הנו בוגר תואר ראשון בפסיכולוגיה ובעל תואר שני בחינוך ולימודי משפחה.

מלבד היותו סופר, עוסק נגלר בכתיבת תכנים באינטרנט, בכתיבת תוכן שווקי לעסקים, וכותב במדור הסאטירה "בריחת המוחות" של העיתון "מקור ראשון".

בשנת 2003 סיים בהצטיינות את ACC, ביה"ס לקופירייטינג של תרצה גרנות, והנו מרצה במכללות בתחום הכתיבה השווקית.

בשנת 2002, בעקבות מות אביו ממחלה קשה, הוציא לאור ביחד עם אמו את הספר "והאיש משה" לזכרו של אביו. בספר מלוקטים פרטים, מכתבים ותמונות מחייו ועשייתו החינוכית של אביו שהיה ניצול שואה והקדיש את חייו לחינוך ילדי ישראל ולמען נוער עולה מאתיופיה.

ספר הילדים הראשון שלו "לאן נעלמו החלומות של החיות?" מציג את מערכות היחסים בין החיות, ומתאר קשיים וחששות טבעיים בעת הנסיונות להשתלב במסגרת חדשה. הספר פורסם בשנת 2006, וזכה להצלחה גדולה, ואף נלמד במספר מכללות לחינוך.

בשנת 2011 פרסם נגלר את ספרו "פעם אבא, פעמיים ילד", ספר שמתאים לילדים ולכל ההורים אשר עדיין מרגישים לפעמים כמו ילדים... לאחרונה, יצא לאור ספרו הראשון למבוגרים "אל



## הצטרף ליחידת "סער"

עיריית פתח תקוה ופיקוד העורף מזמינים אותך להתנדב

### "ליחידות חילוץ והצלה של עיריית פ"ת"

שתפקידם בעת חירום לבצע משימות של חילוץ והצלה למען תושבי השכונה בה אתם מתגוררים.

המתנדבים יעברו מסלולי קידום והכשרה שונים בעירייה, פיקוד העורף, מגן דוד אדום, כיבוי אש, משטרה וכו'.

יונה אמרוסי  
מנהל אגף השכונות  
עיריית פ"ת

רונן צברי  
סמנכ"ל עיריית פ"ת  
הממונה על הביטחון

### להצטרפות :

אילן קרני מנהל מערך החירום העירוני

[ilank@ptikva.org.il](mailto:ilank@ptikva.org.il)

טל : 03-9052443 פקס : 03-9115392  
או לפנות לוועד בשכונה בה הנך מתגורר



Exclusive Properties

לאנדבור בקנסיס, תאוד פוניס לאומחיק!

שחף נכסים

רשת המומחים לתינוך נדל"ן

## נכסים בבלעדיות בכפר גנים/נוה עוז

מבחר נכסים ותמונות באתר: [www.shahaf.org.il](http://www.shahaf.org.il)

<b>בכפר גנים א'</b> מגורים/השקעה 3.5 חד' מעלית (שבת) וחניה, משופצת ₪ 1,180,000	<b>בנוה עוז החדשה</b> קוטג' 7 חד' + מרתף, עיצוב עכשווי! מייד!	<b>בכפר גנים ג'</b> דופלקס-גג, 6 חד', מפואר, נוף פתוח, בניין מטופח אפשרות לחלוקה!	<b>בכפר גנים ג'</b> 5 חד', בפנחס חגין, קרובה לקניון, מרווחת ויפה ₪ 2,050,000	<b>בכפר גנים ג'</b> דירת-גן, 5 חד', י. דיור נפרדת, מרווחת, גינה ₪ 2,350,000	<b>בכפר גנים ג'</b> דירות 5-6 חד', ביוסף נקר, מיני פנטהאוז, מ. שמש, 20 מפוארות!
---	---	--	---	--	--



למשרדנו/לקוחותינו דרושים  
נכסים לקניה / השכרה כפר גנים/נוה עוז!  
התקשרו אלינו עוד היום לתאום פגישה!  
הערכת שווי הנכס והיעוץ חינם!

**03-90-49-777**

**בכפר גנים ג'**  
דירת-גג,  
5 חד', 2 חניות  
ומחסן  
₪ 2,400,000

חפשו אותם ב-f

סניף המרכז והנהלה: חובבי ציון 4, פ"ת



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

מאוזן:

1. באיזה תאריך החליטה עצרת האומות להקים שתי מדינות יהודית וערבית? 11. מתקפה רבת היקף נגד הצבא המצרי במלחמת השחרור(4,4) 13. תל של מים מתרומם 15. חוק השוכן בגומות האדמה וצד נמלים 16. מילת בחירה 17. עיר הימורים באר"הב לאס... 19. תמיד 20. שורש תבלין 21. המונים 23. גוף שלישי רבים 24. הונאה,רמאות 25. השלישי באבות האומה (כתיב מלא) 27. קיבוץ הנמצא ליד יוקנעם 28. פועל,עובד, באנגלית 29. סופר שנרצח יחד עם י.ח.ברנר 30. חית טרף קטנה 31. תן, הגש 33. מבצע רב היקף שבו כבש צה"ל את הגליל העליון 34. שחקנית ודוגמנית עבר שנחשבה לסמל מין- בו ... 35. מיון והגדרת מיני הפרטים 37. נטל כובד 38. היה בית הסוהר השמור ביותר באר"הב. מצוי על אי 40. הרמט"כל הראשון של צה"ל 42. הייתה "זמרת המלחמות"(6,3)

מאונד:

1. הכריז על הקמת מדינת ישראל 3. כמעט מצוין (ר"ת) 4. ....מציעא, פתח,שער 5. עיר ערבית בצפון 6. כינוס גדול של נבחרים 7. נועדו לבדיקת ידע של תלמידים 8. יהודי שהתנצר 9. ממנהיגיה הבולטים של תנועת העבודה- ... כצנלסון. 10. תואר דתי 12. חג שבו הפכה מדינת ישראל להיות בלתי תלויה (7,3) 14. חג שנהוג לחגוג בשעות הערב ומאופיין באש 16. שמה הקודם של אילת (4,3) 18. קנאי בימי בית שני שנשא סכין תחת גלימתו 20. נמצאים 22. משקה עשוי מקקאו, קפה וחלב 24. עליו מקריבים קורבנות 26. שדה טבעי שאינו מעובד 27. הן צדק (ר"ת) 31. כיבד, העריך 32. חנות המתמחה בפרטים ייחודיים 35. כרפס ירוק ריחני המשמש כתבלין 36. הפחיתו,החסירו 38. חפץ במשהו 39. קשיש 40. עלה בספר 41. בקירבי, בתוכי.

לכבוד החגים יש לנו הפעם שני זוכים מבין הפותרים הקבועים של המדור- דרור רינדפליש מרחוב קפלנסקי וחיים לוי מרחוב הנשיאים.



**בין הפותרים נכונה יוגרל פרס**  
**טלפון אלווטי מתנת קראוזמן ובניו**

את הפתרונות יש לשלוח, בצירוף פרטים אישיים, לכתובת: צדוק בן משה רח' נקר 32 פ"ת או לסרוק ולהעביר במייל לכתובת: [kfarganim@gmail.com](mailto:kfarganim@gmail.com)



מנחה להמחשה בלבד

# גנים 10

שדרת הקוטג'ים היוקרתיים בכפר גנים

10 יצירות מופת מהדורה מוגבלת!  
קוטג' דו-משפחתי בעיצוב מודרני  
4 קומות של מרחבי מגורים נדיבים במיוחד  
מרתף מואר עם כניסה נפרדת



**ברחוב הולנדי מול הן - בכפר גנים ה' כ"ת**

הבניה בדיזיין זואו הצטרפו להצלחה



**מבצע**

**4\*4 יוצא לדרך  
בית פרטי בהישג ידכם**

*\*פרטים במשרד המכירות*

**03-9300085**

ייזום:  
**דנאר**  
חברה לבניה בע"מ

מקבוצת:  
**עופר קופמן**  
סי.סי.ר. ייחול והשקעות בע"מ

שיווק:  
**קלאס נכסים**  
הארכז לשיווק כרויקטים

**מורים פרטיים**

שיעורים פרטיים בחשבון התלמידי יסודי, חט"ב, ממורה אקדמאית, בת 56 אליזה 052-44-56-563

מורה פרטי למתמטיקה לכיתות א'-יב'. אפשרות הגעה לבית התלמיד. שיעור ניסיון חינם תומר- 052-4055740

מורה סבלנית ומנוסה בעלת וותק של 23 שנה, בעלת ניסיון רב בהעברת שיעורים פרטיים בכל המקצועות התלמידי כיתות א'-ח'. 054-4773636

סטודנטית שנה ב' נותנת שיעורים פרטיים בביתה בכל המקצועות התלמידיים בגילים 6-12. אפשרות הגעה לבית התלמיד. יחס אכפתי באווירה נעימה, במחיר שמתלם לכל כיס. לפרטים: 050-2715412

"פיתגורס שיעורים פרטיים" - התמחות בהעברת שיעורים פרטיים והכנה לבגרות במתמטיקה ואנגלית. למעלה משש שנות ניסיון. מורים מעולים. אייתי 054-6235859

**מורים לנגינה**

מורה לפסנתר ולפיתוח קול, בוגרת האקדמיה למוסיקה בירושלים, בעלת ניסיון הוראה של 30 שנה. מלמדת נגינה ושיירה תלמידים מתחילים ומתקדמים בכל גיל. יש אפשרות ללימוד בבית התלמיד 052-3822809

מורה אקדמאי מקצועי לנגינה, בפתח תקווה זיו קדם: 052-6408045

**מאמני כושר**

מאמן אישי בוגר ויגייט, מעביר אימונים אישיים או קבוצתיים במגוון רחב של סוגים ואבזורים. גם TRX. לצעירים,

מבוגרים, נשים, גברים, ילדים, וכהכנה לקראת גיבושים בצבא. אפשרות לאימונים בבתי, בחוץ, או במכוני הכושר. לוי 050-3655566

איומן כושר אישי לסובלים מבעיות השמנה ולנשים לאחר הריון. אימונים אישיים בשילוב כל האלמנטים של הספורט, ובנוסף אימוני קרב מגע והגנה עצמית. 054-4801440 לפרטים: 054-4801440

לחל"ד דרושים טלפנים לשיווק חנויות חינוכיות, 1/2 משרה זמנית.

קו"ח: kltzi@walla.com

לקופ"ח כללית בקניון גנים דרושות: אחות מוסמכת למשמרות גמישות, מזכירה למשמרות גמישות רצוי מהסביבה. נא לשלוח קו"ח לפקס: 03-9404201

למשפחתון איכותי בנווה עזר דרושה סייעת לחצי משרה. שכר ותנאים טובים. ורד- 052-3988158

איומנים אישיים בשילוב כל האלמנטים של הספורט, ובנוסף אימוני קרב מגע והגנה עצמית. 054-8160428 דרוור

**דרושים**

לחברת ביטוח מובילה דרושים/ות עובדים/ות למכירת מוצרי ביטוח של תחום רכב ודירה. תנאים מעולים, שכר מתגמל, תחרויות ופרסים, בונוסים גבוהים. דרישות: כושר ביטוי אחריות, כושר שכנוע ויכולת ניהול מו"מ. יכולת עבודה בצוות. ניסיון במקום שימור / מכירות- יתרון. הכשרה בת שבועיים וחצי. משרה מלאה במשמרות.



# מה נשתנה?

רוכשים חופשה משתלמת באיילה!

## איילה נסיעות - סניף פתח תקווה

**מקצועיות • שרות אדיב • מחירים נוחים**

כולל שבת חתן/בר-מצווה, נופשוניס וטיסות  
טיולים מאורגנים, בתי מלון בארץ  
מחלקה עסקית

**למביא מודעה זו שובר לארוחת בוקר זוגית בעת ההזמנה**

**איילה נסיעות חובבי ציון 15 פתח תקווה טלפון 03-9121300 נייד 054-5686670**



# ספיושל קיץ

**נגה עינת**  
 הנעלה וביגוד לכל המשפחה  
 חנות המפעל קיבוץ גבעת השלושה  
 טל. **03-9030150**

**סנדלי ילדים**  
 דגמי קיץ 2012  
 himrod ספארי  
**25%**

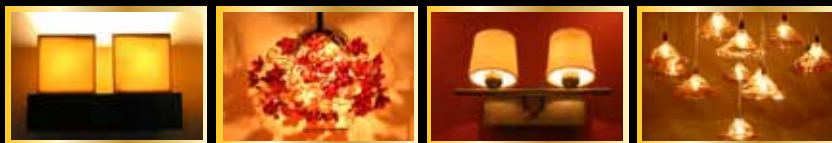
**חדש בחנות**  
 נעלי נשים  
**קיישי**  
 הלב ♥ הכחול

**חדר עודפים**  
 בהנחות ענקי  
 טבע נאות Fly Foot  
 LADY COMFORT

**שעות פתיחה חדשות:** פתוח רצוף א'-ה' 9:00-20:45 | יום ו' 9:00-14:45 | שבת: מצאת השבת - 21:45

# לוקאס-סטייל לייטינג

גלריה לעיצוב גופי תאורה - לראות את האור ולהתארב



מלאי חדש ומגוון - הנחה אקזיט אופציה 15

03-9223398

מפעל ואולם תצוגה: רח' גיסין 65, א.ת, קרית אריה, פתח-תקווה

ימים: א'-ה': 08:30-18:30 | יום ו': 08:30-14:00

לתיאום פגישות ולפרטים נוספים: אורי 052-4251497

ייעוץ יינתן ע"י מעצב תאורה בבית הלקוח (בתאום מראש)

בניין מול תחנת הדלק "פז" קומה 1 מעל "gimic" כניסה מצידו הימני של הבניין

WWW.S-LIGHTING.CO.IL