

גיליון מס' 41 - יולי 2013

אורי אהד רוצה קביעות

"אם את כל זה עשינו למען התושבים
בחמישה חודשים בלבד, אז
השמיים הם הגבול"
שירן רובינשטיין עמ' 20

לא על החופש לבדו

עדכונים מתנור היו"ר
צדוק בן משה
עמ' 4

עוד גול הובקע!

על התחנה שנפתחה
ועל הסיור שנערך בשכונה
דורון קורן
עמ' 14

אורי אהד, מ"מ ראש העיר ומועמד לראשות העיר רוצה עיר ירוקה. צילום: זאב שטרן

בהחלטה חשובה כמו משכנתא,
אתם חייבים לפנות
למומחים של טפחות
מס' 1 במשכנתאות!

לפרטים ולהגשת בקשה:

סניף כפר גנים - רח' העצמאות 65, טל' 076-8041483
משווק מרחבי - יאיר אוחיין, טל' 052-6189484

mizrahi-tefahot.co.il

מתן אשראי בכפוף לשיקול דעת הבנק





קוראים יקרים,

"מִיָּמַי כָּבִים לֹא יוֹכְלוּ לְכַבּוֹת אֶת הָאֶהָבָה וּנְהָרוֹת לֹא יִשְׁטָפוּהָ"
(שיר השירים)

ט' באב הוא יום צום ואבל, יום בו מבכים על חורבן הבית בשל שנאת חינום. בחמישה עשר בחודש אב מציינים ביהדות את חג האהבה. חג שמהווה סימן לפיוס, לאהבה ולאיחוד. האם תמיד צריך לעבור קודם את ה"חורבן" כדי להגיע לפיוס ולאהבה? ... מוטב לדבוק באהבת חינום- אהבה לשונים מאתנו כמו לדומים לנו, אהבה לסובבים אותנו, לקרובים וליקרים לנו ואהבה לעצמנו.

גיליון החודש עוסק ברובו באירועי חודש אב, ובהתמודדות עם החופש הגדול שזה עתה החל. בנוסף, תקראו מה יש לעו"ד אורי אהד לומר לנו. ממלא מקום ראש העיר, המועמד לראשות העירייה בבחירות הקרובות, מספר על רשמיו ופועלו בתפקידו החדש, ומשוכנע שהראה לכם, שמתן שירות הולם לתושבים הוא אפשרי בהחלט.

הרבה אהבה וחופשה נעימה!

קריאה מהנה,
שלכם
אילת שדה

ayelet.sadeh@gmail.com

כתבות

לא על החופש לברו

צדוק בן משה עמ' 4

פעילים ב-א'

מיכאל לויץ עמ' 6

רוצה קביעות

שירן רובינשטיין עמ' 20

חיבת זוגיות

רחל שרגל עמ' 26

מדורים

מפי המומחים עמ' 8

מדור חינוך עמ' 10

דבר תורה עמ' 12

ערוצי תקשורת ועד-רשויות עמ' 14

מדור תזונה עמ' 16

ציקי סטייל עמ' 18

קוסמטיקה רפואית עמ' 24

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

חידודי פנאי עמ' 37

לוח מודעות עמ' 38

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 בנכונות 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

עריכת לשון: יפעת פרידמן

עיצוב גרפי: נטלי אקופיאן

הדפסה: סולן הדפסות

הפצה: ח.ב.ר הפצות

מרפאת גנים של
כללית מאחלת לכם

חופש גדול בטוח ובריא



יחד, נעבור את הקיץ בשלום!

מרפאת קביון גנים של כללית מאחלת לילדי והורי שכונת כפר גנים ג' קיץ מהנה עם שמירה על בריאות טובה, זהירות בדרכים, והנאה שלמה. צוות המרפאה ממשיך לעמוד לרשותכם גם במהלך הקיץ עם כל שירותי הרפואה הנדרשים.

- ✓ מומחים לרפואת ילדים
- ✓ מומחים לרפואת משפחה
- ✓ מומחים לרפואת נשים
- ✓ בית מרקחת סופרפארם בקביון - מעניק שירות ללקוחות הכללית
- ✓ שירותי סיעוד
- ✓ שירותי משרד מלאים
- ✓ חניה בשפע


כללית 100 שנה
מנל
הכי טובה למשפחה

מרפאת גנים - קביון גנים - רח' העצמאות 65, פ"ת. טל' 03-9404200



לא על החופש לבדו

מה יהיה לנו? עדכונים שוטפים

סיור בשכונה

לאחרונה התקיים בכפר גנים ג' סיור עם ראשי האגפים בעירייה. עברנו איתם על רשימת המפגעים ועל הנושאים לטיפול (על הסיור בכתבתו של דורון קורן בעמוד התושבים מוזמנים לעדכן את הוועד בכל מפגע, ליקוי בטיחות או נושא אחר לטיפול בשכונה, במייל kfarganim@gmail.com .

אנו מתייחסים בכבוד ראש לכל פנייה.

חינוך בכפר

לפני כחמש שנים נאבקנו על פתיחת בית-ספר יסודי בשכונה, מתוך ידיעה שאגף החינוך אינו מודע למצב האכלוס בשכונה ובסביבתה, ובהתאם לכך לצורך האמתי בכיתות לימוד. לשמחתנו, הצלחנו במאבק, ובית הספר "אלימלך כנר" צומח לו בגאווה.

כיום אנו נמצאים בעיצומו של מאבק לבניית מוסד חינוכי שש-שנתי (חטיבה ותיכון) בשכונה. בתאריך 4.7.2013 התקיים בלשכת ראש העיר פגישה של ועד השכונה ונציגי אגף החינוך. כהכנה לפגישה העברנו ללשכת ראש העיר נתוני צפי לאכלוס בשכונת כפר גנים ובסביבתה, וביקשנו שמנהל מחלקת אסטרטגיה יהיה נוכח גם הוא בפגישה כדי לאמת את הנתונים.

שיתופי פעולה עם שכונות נוספות

בשנים האחרונות פעלתי רבות כדי ליצור שיתופי פעולה עם שכונות נוספות בעיר כמו: נוה גן, נווה עזר, כפר גנים א', כפר גנים ב', צמרת גנים, שעריה, אם המושבות הוותיקה ואם המושבות החדשה. מעבר לשיתוף הפעולה בנושאי פיתוח השכונות וחזותן, אני מתכנן לשדרג בשנה הבאה את שיתוף הפעולה, ולפעול ביחד גם בנושא החינוך, אחד הנושאים החשובים לכולם.

אשמח לקבל מכם רעיונות ועצות, לשמוע מהם הדברים שמפריעים לכם, לערוך השוואות לערים אחרות וכדומה. אנא פנו אלי למייל:

kfarganim@gmail.com

חופשה מהנה ובטוחה לכולכם!

איזה כיף, החופש הגדול התחיל! הילדים סיימו את שנת הלימודים, בני רו, בן 12, סיים את בית הספר היסודי ובשנה הבאה ילמד בחטיבה, כיף חיים!
טוב נו, לא כל-כך כיף ולא לכולם; הילדים ובני הנוער בחופשה והתושבים כבר החלו להתלונן על רעש ומהומה בכל חלקי השכונה... מה השתנה?

לצד פעילות סיירות העירייה וסיירות הביטחון המלצנו, ועדי השכונות, לראש העיר לפעול לקיום ארועי תרבות לבני הנוער. ראש העיר הרים את הכפפה ופעל לקיום פעילות אינטנסיבית לנוער בפארק הגדול. כולנו מקווים שפעילויות אלו יעסיקו את בני הנוער, יהוו עבורם מקור לעניין ולהנאה, ולנו יתנו מנוחה ושלווה.

כמובן שלא נחסוך בהסברים, ולא נשכח להזכיר לילדים על הסכנות בכבישים, הסכנות שבשתיית אלכוהול וכדומה.

קייטנות עירייה

השנה יתקיימו קייטנות ב- 28 גני עירייה בשכונה.

במהלך הקייטנות יהנו הילדים, בין השאר, מארבע הצגות, קרנבל קיץ, מתנפחים, פינת ליטוף (יהיה סוס פוני), חוג אנגלית (יוזמה שלי, ואם תהיו מרוצים, נבקש להביא את החוג גם במהלך השנה), ארטיקים ומשחקי הרכבה. וכמו במהלך כל השנה האוכל יהיה ביתי ולא מתועש. הקייטנות, שיופעלו על ידי "צהרונני אם המושבות", יחלו את פעילותן בתאריך 1.7.13 ויסתיימו בתאריך 31.7.13 (בימי ו' ובתשעה באב לא תתקיים פעילות קייטנות).

בס"ד

"יצאתי צדיק"
בתכנית של חיים הכס

זדוק - שרותי תיקונים

✓ מקררים 24 שעות	✓ מיבשים
✓ מזגנים 180	✓ תנורים
✓ מ.כביסה	✓ מדיחים

052-8225094 / 03-9214352

בלעדי 360°:
 סרטון וירטואלי
 לנכס שלכם
 באתרי הנדל"ן
 המובילים

תיווך המ/ושבה

הקונים כבר כאן!

**תיווך המושבה
 מובילים**
 את שוק הנדל"ן
 בכפר גנים ג'
 מיום הקמת
 השכונה

ניתן לצפות בסרטונים הוירטואליים

של מבחר נכסים למכירה בבלעדיות בלה שמואלי בכפר גנים ג'

360° **נמכר!**

 5 חד' בישראל עידוד 8

360° **נמכר!**

 5 חד' בחיים זכאי - 11, חדשה

360° **נמכר!**

 5 חד' בדניאל ליפשיץ 1

360° 

 בישראל עידוד, 5 חד', 2 מרפסות

360° 
 בחיים זכאי, 5 חד', חדש, מיידית

360° 

 בבן גוריון, 5 חד', מחסן חניות

360° 

 במנרב, דירת גן, 6 חד', מפלס 1

360° 
 במנרב 5 חד', קד', חדשה ומיידית

360° 
 במייזנר, 5 חד', גדולה ומיוחדת!

360° 

 קוטג' מדהים בנוה עוז

**חדש!! בלעדי!! חדש!! בלעדי!!
 מתנה לתושבי כפר גנים ג'
 ייעוץ ראשוני חינם,
 עם מעצבת פנים מובילה בתחום!**



בלה שמואלי

לפרטים: בלה שמואלי 052-2720247, מומחית לשיווק נדל"ן בכפר גנים ג'. משרד 03-9230880
 חפשו אותנו ב-  www.m-hamoshavot.co.il תיווך המושבה

פעילים ב-א'

תושבים שאכפת להם, מכפר גנים א',
חברו יחדיו למען שיפור איכות החיים
בשכונה

מיכאל לזין, פעיל בשכונת כפר גנים א'



עבודות השיפוץ במגרש הכדורסל ברחוב יהלום, צילום: מיכאל לזין

התחילו לפעול במשותף, כאשר מטרת פעילותם היא שיפור איכות החיים בשכונה. במסגרת זו ביצעו מיפוי ראשוני של מפגעים ונושאים לטיפול.

היוזמה החדשה של פעילי השכונה הניבה פגישה עם ראש העיר, שבה הועלו הדברים בפניו. בהמשך

לפגישה בוצעו מספר סיורים ברחבי השכונה עם בעלי תפקידים בעירייה, והנושאים שהועלו טופלו באופן מידי או נכנסו לתוכנית העבודה של העירייה.

בין המפגעים שכבר טופלו ניתן לציין את חידוש מגרש הכדורסל ברחוב יהלום, ואת הכנסת השבילים, משעול יעקב קלדרון ומשעול יוסף מרקוס, למסלול ניקיון קבוע. אנו שמחים על האוון הקשבת והטיפול הרציני של האגפים השונים בעיריית פתח תקווה, אנו ממשיכים בעבודתנו מול העירייה וקוראים לתושבים נוספים מאיזור כפר גנים א' להצטרף אלינו בתיעוד הבעיות ובפתרוןן.

הנושא הנושא הנושא הנושא על הפרק הוא מניעת סגירתו הצפויה של סניף הדואר במרכז המסחרי ברחוב לוחמי הגטו. אנו זקוקים לעזרתכם ולתמיכתם.

ניתן למצוא אותנו בכתובת המייל kfar.ganim.alef@gmail.com

ובקבוצת כפר גנים א' ב' ג' בפייסבוק.

קבוצת הפייסבוק של כפר גנים א' ב' ג' חיברה בין מספר תושבים איכפתיים בשכונת כפר גנים א'- ותיקים וחדשים, צעירים וגמלאים.

תושבים פעילים אלה, שבעבר פנו כבודדים למוקד העירוני או שניסו להתדפק על דלתות משרדי העירייה,

עילת | אחר צלף

ניהול אמנותי - רוני לוגסי

פלמנקו
ברייקדאנס
מסלול להקות ייצוגיות
כאוך ובחורל

יישום מוקדם
יתקיים החל מתאריך 20.6.15
במוכרות סתרים 'עולמות'
רח' שוליונגר 10, פ"ח
טל' 05-9235280
www.olemot.co.il
olemot@matnasim.org.il

בלט קלאסי
ב'או לירי
מסלול ייחודי
לניל הרך
היפ הופ

להרשמה נכשו!

www.pasoapaso.co.il "צעד אחר צעד"



עוצמה RE/MAX®

www.remaxpt.co.il



משרד התיווך הגדול בכפר גנים

למכירה בבלעדיות בכפר גנים



דגן 5.5 חדרים בבן טריון
140 בניי, 210 גינה עם ריאוף ודק



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



בית פרטי בשמעוני (נוה עוז)
620 מ"ר מנרש, 700 מ"ר



5 חדרים בפנחס חנין
125 מ"ר, קומה ד', משופצת



4 חדרים ביגאל מוסיזון
120 מ"ר, משמש 20 מ"ר



דגן 6 חדרים בלוחמי הגטו
280 מ"ר, 40 מ"ר משמש, 2 חניות



דגן 6 חדרים ביוסף נקר
167 מ"ר בניי, 120 מ"ר גינה



דגן 5.5 חדר ביוסף נקר
140 מ"ר בניי, כניסה נפרדת



5 חדרים בטרומפלדור
120 מ"ר, מחסן, 2 משמש, מושקעת



4 חדרים ביסמין
115 מ"ר, עורפית, מעלית חניה



5 חדרים בבן טריון
143 מ"ר, עורפית, 2 מרפסות



חפלק 6 חדר ברב אייערברג
175 מ"ר בניי, 2 מרפסות, מפתא



6 חדרים ביטקובסקי
פריקט מנרב בפרדס, 160 מ"ר



דגן 4.5 חדר במשיאים
115 מ"ר + 115 מ"ר גג



4.5 חדר בדגל ראבן
125 מ"ר, מעלית, חניה



3.5 חדרים בארלזרוכ
105 מ"ר, קומה א', 3 כיווני אויר



3 חדרים בנשיאים
93 מ"ר, משופצת, 3 כיווני אויר



דגן 5 חדרים בדגל ראבן
4 חדר למטה + חדר בגג, משופצת



4 חדרים ביטקובסקי
פריקט בבניה, 130 מ"ר קומה ב'



4 חדרים בדגל ראבן
110 מ"ר, חדישה, משמש גדולה

אתר משרדי ממוקד לאזור כפר גנים ופ"ת ✓

למעלה מ-300 עסקאות בשנה ✓

שיתוף פעולה בין 38 סוכנים העובדים במשרד ✓

חשיפה למאגר של אלפי משפרי דיר (קונים/מוכרים) העובדים בלעדית עם רמקס בעיר ומחוצה לה ✓

חשיפה בעיתון גדל משרדי והיחיד בפ"ת לנכסים מצולמים ✓

חשיפה ארצית באתר עם 70,000 כניסות בחודש ✓

שיתוף פעולה מלא עם כל המתווכים ✓

מקום 2 בארץ ו-9 באיחפה במכירת לרבעון הראשון 2013 ✓

סניף כפר גנים - לוחמי הגטו 30 מ. מסחרי. טל: 03-9242878

סניף מרכז - ההסתדרות 23 ר. קולנוע היכל. טל: 077-4207300

הפעם:

אנחנו במשבר?

2013 - ההרחבה הכמותית, המשבר העולמי וכלכלת ישראל

יורם גבאי, כלכלן ראשי ב"פעילים"



www.peilim.co.il *3161

יפן מתאוששת כלכלית, אולם ממשיכה במגמה ארוכת-הטווח של חוסר יציבות פיננסית. חלק ממדינות גוש היורו (גרמניה, אוסטריה, הולנד) נהנות מיציבות פיננסית ומצמיחה סבירה, אולם אחרות סובלות עדיין מגירעונות חוב גדולים מאוד ושיעורי אבטלה המסכנים את יציבותן החברתית הכלכלית. כולן ממשיכות במדיניות של שווקים פתוחים. ברגע זה משבר גירעונות החוב אינו מביא למשבר פיננסי, משום שהבנקים המרכזיים של יפן, ארה"ב וגוש היורו רוכשים את הנפקות האג"ח של הממשלות ומזרימים כספים אדירים לשוק.

סיכום ומסקנות

להלכה, המשבר הכלכלי הגדול, ברוב ממדיו, כבר מאחורינו, אולם שאלת המפתח היא האם ההזרמות המוניטריות הגדולות בארה"ב, יפן וגוש היורו יביאו למשבר אינפלציוני ומכאן למשבר כלכלי ונפילת שווקי האג"ח בעולם ובישראל, או ששיפור הצמיחה בארה"ב ויפן יביא להקטנת גירעונות תקציביים ולירידה הדרגתית ברכישת גירעונות הממשלות?
פיתרון ראוי של המשבר יבוא רק כאשר הבנקים המרכזיים יחדלו לרכוש אג"ח ממשלתית.
מדינת ישראל היא "סטטיסטית" בהשפעה על המשבר הכלכלי העולמי, אולם היא תושפע ממנו. זאת ועוד, בנק ישראל ממשיך ומגדיל את מאזן הבנק המרכזי על ידי רכישת מט"ח למניעת תהליך הייסוף, כך שגם אנחנו במשחק העולמי של הרחבה מוניטרית.

הצגות אלה הוצגו:

מסמך זה מנסח 8 נתונים ומידע שהיו לזיוס ליבור והוצגו כנתונים לזיוס פרסמס. "פעילים" וארגון אינס אכראים של הנתונים או איוקס של הנתונים במסמך. אין לכאול במסמך זה מלם יעול הקצול או תחולף ליעול הקצול החתשה הנתונים, צככו ומכרות הקצול החולחזים של כל אגס. "פעילים" וכל מי פעול מטה לא יהיו אכראים בכל צורה שהיא לזיוס אל הפסד, יסירם אל עקיסים, אס יזרנו כתוצאה מהסתמכות על מסמך זה.

**בחסות בנק הפועלים סניף כפר-גנים
ישראל אורנגר - מנהל הסניף**

שאלת המפתח בתכנון כל אחד ממרכיביה הפיננסיים והריאליים של מדינת ישראל היא נושא המשבר הכלכלי העולמי. השפעתו הצפויה על שוק המניות והאג"ח בישראל עצומה בגלל המתאמים הגבוהים בין השווקים בעולם לבין ישראל. האם אנו נמצאים בעיצומו של המשבר? בסופו? ואולי לקראת התלקחות מחודשת של המשבר? בשנת 2008/9 היינו עדים לקריסת המערכת הפיננסית האמריקנית שהתגלגלה למשבר בינלאומי חמור. בשנת 2009/10 "רכשו" הממשלות השונות את חובות הסקטור העסקי באמצעות הגדלה מסיבית בגירעונות התקציביים. בשנתיים האחרונות אנו עדים ל"רכישת" הגירעונות התקציביים על ידי הבנקים המרכזיים באמצעות קנייה מסיבית של אג"ח ממשלתיות של מדינות הגירעון.

האם הטיפול במשבר באמצעים מלאכותיים מייצב את הכלכלה העולמית או רק דוחה את המשבר הגדול?

הכלכלה הגלובלית - 2013

הכלכלה הגלובלית מורכבת מ-150 מדינות ויותר. דיון מקרו מחייב ניתוח המתמקד בשלושה תחומים:
1. האם היציבות הפיננסית חזרה לעולם?
2. האם נמשכת פתיחת השווקים בכלכלת העולם?
3. האם הצמיחה והתעסוקה מבטיחים יציבות חברתית של השיטה הגלובלית?

הממצאים האמפיריים חיוביים למדי; בשנת 2013 אנו עדים לכך שגושי המדינות המתעוררות - מדינות צפון אירופה, קנדה, אוסטרליה, ניו זילנד ואחרות, כולל ישראל, נמצאות ביציבות יחסית בכל שלוש הממדים; רובן נמצאות בחוב לאומי נמוך מ-60% תוצר, בגירעון תקציבי ואינפלציה נשלטים, בצמיחה חיובית לנפש ובפתיחה כמעט מלאה של השווקים לתחרות עולמית.

המדינות המובילות האחרות אינן בשווי משקל במרכיב אחד או יותר משלושת התחומים האלה.

ארה"ב נהנית משיפור בתעסוקה ובצמיחה וממשיכה במדיניות של פתיחת שווקים, אולם היציבות הפיננסית שלה עדיין חלקית.



ניהול, אחזקה וניקיון בניינים משותפים

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 התחזוקה 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.

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 למזגן/דוד חשמל וכד'
 - הרכבה/פירוק אסלה/ניאגרה, ברזים, תנור חימום
 - פתיחת סתימות
- * ישנה אפשרות ל"שירותי ניקיון בלבד לבניין, ללא אחזקה"

www.leshem-holdings.co.il

טל: 03-6500562, נייד: 054-2622216

גם אני יכול

פרס ראשון ארצי לתלמידי חטיבת הביניים "עלומים"

ברוריה שולדהוז



מתקן מזיגת מים זוכה הפרס הראשון

בעל צרכים מיוחדים ובניית מוצר טכנולוגי ייחודי וספציפי עבורו, כדי להקל על תפקודו בחיי היום-יום, זאת במטרה לקדם מעורבות חברתית של בני נוער ולעודדם לפעילות התנדבותית ולעזרה לשונה. הפרויקט משולב כיחידת לימוד בתוכנית הלימודים בכיתה ז' ומתבצע לאורך כל שנת הלימודים בהדרכתם ובליוויים של מורי המדעים בחטיבה.

התלמידים מתחלקים לצוותי עבודה ומכינים תיקים המתעדים את התהליך שעברו. השנה ניבנו במסגרת הפרויקט ארבעים מוצרים שמיועדים לשמש לעזר לאנשים מוגבלים, ומתוכם נבחרו שלושה מוצרים שהתמודדו בתחרות הארצית.

מזרחי מיתר וואליצור סתיו, מכיתה ז' בחטיבת הביניים "עלומים", זכו בפרס ראשון בתחרות ארצית של אשכולות הפיס "גם אני יכול" - שעוסקת בפיתוח מוצרים לאנשים עם מוגבלויות.

ברוריה שולדהוז, מורה למדעים בחטיבת "עלומים" ומנהלת אשכול הפיס, זכתה בפרס אישי ארצי על תרומתה בהובלתה ופיתוחה של התוכנית הפדגוגית

התלמידים פיתחו מוצר "קל מזיגה" שמאפשר מזיגה קלה מבקבוק לכוס, ומיועד לאנשים שמתקשים בכך. מהותו של פרויקט "גם אני יכול" היא יצירת קשר אישי עם אדם



הילדים נהנו מאוד מחווית הקניה, והתלמידים שמכרו עזרו, כווננו וייצעו

תלבושת בשקל?? איך לא חשבו על זה קודם?

בית-הספר "הדר", יזמה את האמהות מבצע מחזור תלבושת אחידה

ענת שריזלי

ממש לפני סיום שנת הלימודים התקיים בבית-ספר "הדר" בזאר תלבושת אחידה בשקל.

מאחורי היוזמה הזאת הייתה המחשבה שמצד אחד, בבית-הספר מצטברים מדי שנה בגדים שהילדים שוכחים, ובבתים מצטברים מדי בית-ספר שכבר אין בהם שימוש, ומצד שני בכל שנה ההורים משקיעים כספים רבים ברכישת תלבושת אחידה.

ילדי מועצת התלמידים אספו, מיינו וסידרו את הבגדים למכירה, וילדים והורים הגיעו במהלך היום לרכוש בגדים בשקל אחד בלבד! מדהים היה לראות כמה בגדים היו מונחים שם במצב מצויין, ממש חדשים! וההורים והילדים רכשו פריטים רבים.

אנה נבות, סגנית יו"ר ההנהגה הבית-ספרית ב"הדר": "הנהגת ההורים מודה לענת שריזלי על יוזמתה הנפלאה, ומזמינה הורים נוספים ליזום פעילויות מבורכות למען ילדי בית הספר."

תודה למנהלת בית הספר, גב' יפעת ליצקי על שיתוף הפעולה ועל ההירתמות למבצע.

נקווה שהיוזמה תמשיך גם בעתיד.

כל זה ועוד, מחכה לכם בפיצה האט סניף אם המושבות פ"ת!



פיצה משפחתית
ב- 49⁹⁰ ₪ בלבד!
בקניית 2 משפחתיות
קוד קופון: 757575

Available on the
App Store



התמונה להמחשה בלבד. מינימום הזמנה למשלוח 54.90 ש"ח. ט.ל.ח.

Pizzahut

1-700-50-60-70 | pizzahut.co.il



בין ט' לט"ו

מה צופן לנו חודש אב?



ציורי תנ"ך ט"ו באב - הנשים יוצאות במחולות
ציירה: אהובה קליין © (שמן על בד)

על פי עיון במקורות התנ"ך מתברר כי בחודש אב העצב והשמחה מככבים בשני מועדים שונים:

הראשון: תשעה באב (ט' באב) - יום צום ואבל על חורבן בתי המקדש - הראשון והשני. השני: ט"ו באב - היום בו בנות ישראל, לבושות צחורים, יוצאות במחולות בכרמים - יום שמח במיוחד.

בתשעה באב אירעו מספר אירועים קשים:

א. בעבור עוון המרגלים שהוציאו דיבה על ארץ ישראל ובכך, נגזר על אבותינו למות במדבר, וכל אותו הדור לא זכה להיכנס לארץ הקודש. כדברי חז"ל - אמר להם הקב"ה: "אתם בכיתם בכייה של חינוס, ואני קובע בכייה לדורות" (מסכת תענית כ"ט, מ). ב. הבית הראשון חרב מפני שלושה דברים: עבודה זרה, גילוי עריות ושפיכות דמים. ג. הבית השני חרב מפני שנאת חינוס. מכאן לומדים, כי שנאת חינוס שקולה כנגד שלוש עבירות: עבודה זרה, גילוי עריות ושפיכות דמים. ד. "ביתר", אשר שימשה מבצר בימי מרד בר כוכבא נלכדה בידי הרומאים. ה. עיר הקודש ירושלים נחרשה על ידי הרומאים - כפי שניבא זאת הנביא ירמיהו: "ציון שדה תחרש וירושלים עיים תהיה" (ירמיהו כ"ו, י"ח).

יום זה מבטא את שיא העצב הלאומי בהיסטוריה היהודית. אך אל לנו לשקוע בייאוש, חלילה, כי בעתיד לבוא - העצבות תפלט דרכה לשמחה, כפי שמבשר לנו הנביא זכריה:

"צום רביעי (תמוז) וצום החמישי (אב) וצום השביעי (תשרי) וצום העשירי (טבת) יהיה לבית יהודה לששון ולשמחה ולמועדים טובים" (זכריה ח, י"ט).

בגמרא מסופר על רבי עקיבא וחבריו שהתהלכו קרוב להר הבית. לפתע, יצא שועל מהמקום שהיה

בעבר קודש הקודשים. מיד חבריו פרצו בככי עז, ואילו רבי עקיבא שתק. שאלו אותו חבריו: "מדוע הנך שותק?" שאל אותם רבי עקיבא: "מדוע אתם בוכים?"

ענו לו: "שועל יוצא מקודש הקודשים ולא נבכה?"

אמר להם: "אוריה בשעתו התנבא על החורבן - ציון שדה תחרש - ואילו זכריה הנביא התנבא על הבניין. כשם שראיתי קיום דברי אוריה ביחס לחורבן, כך מאמין אנוכי כי יתקיימו דברי זכריה הנביא שהבטיח את הגאולה והבניין". ענו לו רעיו: "ניחמתנו ברגלי המבשר".

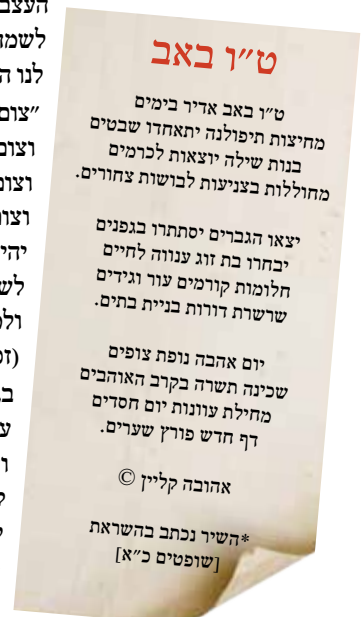
מהו ט"ו באב?

במסורת ישראל היו שני איסורי חיתון בעם. הראשון בתקופת משה רבנו - נקבע כי בת היורשת נחלה תוכל להינשא רק לבחור מאותו שבט. השני - בתקופת השופטים - בעקבות מעשה "פילגש בגבעה" - "ואיש ישראל נישבע במצפה לאמור, איש ממנו לא ייתן בתו לבנימין לאישה" (שופטים כ"א, א). איסורים אלו היו עלולים לגרום לפילוג העם. לכן קבעו חז"ל, כי מרגע כניסת עם ישראל לארץ יבטלו איסורי החיתון. מאז הותרו השבטים להתמזג זה בזה. יום זה נקבע ליום ט"ו באב. בט"ו באב בנות ישראל היו יוצאות במחולות בכרמים, והגברים היו מסתתרים בין הגפנים ולוקחים להם נשים למטרת נישואין.

מי ייתן ודברי חז"ל יתקיימו בקרוב: "כל המתאבל על ירושלים זוכה ורואה בבניינה".

שירבו שמחות בישראל. אמן ואמן.

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



מכירת מחשבים וחלקי מחשב במחירי יבואן

מארז איכותי ספק כח 500W
GIGABYTE H61 לוח אם: *תמונה לשוך הדמיה בלבד
INTEL I5 3470 מעבד:
 זיכרון: 4GB DDR3
 דיסק קשיח: 500GB
 צורב: LG DVD X24

**מחיר מבצע
ש"ח 1750**
 כולל מע"מ

מארז איכותי ספק כח 500W
GIGABYTE H61 לוח אם: *תמונה לשוך הדמיה בלבד
INTEL I3 2130 מעבד:
 זיכרון: 4GB DDR3
 דיסק קשיח: 500GB
 צורב: LG DVD X24

**מחיר מבצע
ש"ח 1350**
 כולל מע"מ

מארז איכותי ספק כח 500W
GIGABYTE H61 לוח אם: *תמונה לשוך הדמיה בלבד
INTEL G2020 מעבד חדש:
 זיכרון: 4GB DDR3
 דיסק קשיח: 500GB
 צורב: LG DVD X24

**מחיר מבצע
ש"ח 1150**
 כולל מע"מ

מחשב נייד 15.6
lenovo G580
 דגם: MAAHWIV
 מעבד: I5 3210M
 זיכרון: 4GB DDR3
 דיסק קשיח: 500GB
 WINDOWS 8

**מחיר מבצע
ש"ח 2599**
 כולל מע"מ

מחשב נייד 15.6
lenovo G580
 דגם: 2689KKG
 מעבד: B960
 זיכרון: 4GB DDR3
 דיסק קשיח: 320GB
 WINDOWS 8

**מחיר מבצע
ש"ח 1900**
 כולל מע"מ

מחשב נייד 15.6
lenovo G580
 דגם: MAAQEIV
 מעבד: B960
 זיכרון: 2GB DDR3
 דיסק קשיח: 320GB
 ללא מערכת הפעלה

**מחיר מבצע
ש"ח 1499**
 כולל מע"מ

USB Sundisk
 16GB

**מחיר מבצע
ש"ח 59**
 כולל מע"מ

כונן קשיח פנימי
 500GB 3.5

**מחיר מבצע
ש"ח 260**
 כולל מע"מ

כרטיס מסך
 GT 210 1GB

**מחיר מבצע
ש"ח 150**
 כולל מע"מ

כונן קשיח חיצוני
 500GB

**מחיר מבצע
ש"ח 270**
 כולל מע"מ

סט מקלדת ועכבר
 מיקרוסופט אלחוני

**מחיר מבצע
ש"ח 109**
 כולל מע"מ

ספק כוח אנרגמקס
 450W

**מחיר מבצע
ש"ח 199**
 כולל מע"מ

שעות פתיחה: מיום א' עד יום ה' משעה: 09:00 עד 17:00
 *החברה תהיה רשאית להפסיק את המבצע ו/או לשנות את תנאיו בכל עת וללא צורך במתן הודעה מראש



רח' אימבר 24 פתח תקוה, טל: 03-7360011 info@pcnow.co.il



עוד גול הובקע! מבשלים את הבאים...

סיור ראשי אגפי העירייה בכפר גנים ג'

נפתחה התחנה החדשה לבריאות המשפחה ברחוב אלכסנדר זייד בנווה עוז

היא יפה ומרווחת וסוף-סוף נפתחה למתן שירות למאות התינוקות והפעוטות משכונת כפר גנים רבתי ומנווה עוז. התחנה החדשה לבריאות המשפחה משתרעת על פני 250 מ"ר ובה ציוד מתקדם וסביבת עבודה ידידותית למטופלים. צוות המרפאה מונה רופאה, שלוש אחיות ומזכירה רפואית.

ד"ר סיוון, רופא הנפה מטעם משרד הבריאות: "בשמחה ובסיפוק גדול פתחנו את התחנה החדשה בנווה עוז. התחנה תוכננה בקפידה ובגודל הראוי תוך שיתוף פעולה מירבי עם עיריית פתח תקווה ועם מר משה בן דוד, מנהל אגף רווחה, שנתן לנו תמיכה וצוות מקצועי. התחנה נבנתה לפי סטנדרטים חדישים ומתקדמים לרווחת התושבים".

ס.ב. (השם המלא שמור במערכת) שהגיעה לתחנה החדשה עם בנה: "התחנה יפה מאוד וחדשה, ואני מאוד מרוצה מהשירות".

כל שנותר הוא לאחל לכל המשפחות ולילדים הרבה בריאות!



האם מראה לתינוק קליפ של שיר ילדים, כדי להסיח את דעתו מורידת החיסון. עבר יופי, מומלץ!



יפה ומזמינה- התחנה החדשה לבריאות המשפחה

צילום: דורון קורן

לבקשת ועד השכונה, נערך ברחבי כפר גנים ג' סיור מקיף שארך כשלוש שעות, ושבו הועלו מפגעים ונושאים לטיפול. בסיוור שאורגן על-ידי מר צביקה הרפז, מנהל פרויקטים בלשכת מנכ"ל העירייה, נכחו מנהלי אגפי תנועה ותחבורה, גנים ונוף, פיקוח ותברואה, נציגי החברה לפיתוח פתח תקווה ונציגי ועד השכונה- יו"ר הוועד צדוק בן משה, צביקה שטרן ואנוכי.

עיקר הנושאים שהועלו:

- צביעת פסי מעברי- החציה בכל רחבי השכונה.
- פינוי ערמות עפר ופסולת בניין משטחים פתוחים שבאחריות העירייה, ואכיפת פינוי וגידור שטחים פרטיים.
- פתיחת היציאה מחניון קניון גנים לרחוב העצמאות- הנושא יעלה בוועדת התנועה הקרובה.
- הוספת נתיב כניסה לחניון הקניון ברח' בן גוריון, כדי להקל על עומסי התנועה בכיכר- אגף התנועה הגיש תכנית לביצוע לחברה לפיתוח פתח תקווה.
- פיקוח ואכיפה למניעת חניות כפולות ברח' העצמאות לצד הקניון- ביקשנו מצלמות אכיפה כמו אלו שהותקנו בקניון ערים בכפר סבא.
- מתן פתרון לחציה בטוחה ברחוב העצמאות ביציאה מרחוב אלדד לכיוון ביה"ס "אלימלך כנר", הגינה והמרכז מסחרי.
- הזזת מעבר חציה מסוכן ברח' העצמאות פינת מייזנר למקום בטוח יותר, והוספת אמצעי אזהרה לפניו.
- בעיית העומס הצפוי ברחוב חיים זכאי – הגורמים המקצועיים ישקלו אופציה של הפיכת קטע הרחוב מהצומת עם רחוב אוירבך ועד חיים זכאי 2 לדו-סיטרי. כמו-כן, תבדק אפשרות לתוספת חניות ברחוב.
- הקמת מגרשי חניה זמניים על קרקע ציבורית:
 1. ברחוב ליפשיץ מאחורי בית-כנסת ניגוני חיים.
 2. בפנינת הרחובות קוזינדלו/איפרגן לטובת באי הגנים, בתי הכנסת ושלוחת המתנ"ס שבמתחם.
 3. ברח' נקאש פינת ישראל עידוד לטובת באי האודיטוריום העתידי להיבנות במקום.
- השלמת גדר הפרדה ברחוב העצמאות ובן גוריון בסמוך לכיכר הגדולה למניעת חציה מסוכנת.
- מתן פתרון בעיית ראות לקיחה ביציאה מרח' ליפשיץ לרח' ויצמן עקב הסתרה של גדר הבטיחות.
- ועד השכונה מודה לגורמי העירייה ולנציגי החברה לפיתוח שהשתתפו בסיוור, וממתין ליישום מהיר של הנושאים שהועלו.

קיץ חם בקניון גנים

יוני 2013

ימי די סנאט

17:30 / 3.7

עפיפון צבעוני בעיצוב אישי
שנוכל להעיר בחוף הים או בפארק

17:30 / 10.7

נכין משחק מסקות
מבקוקים ממוחזרים

17:30 / 17.7

מכונת קצר - נכין מכונת קצר אישית
בעזרת כוס פלסטיק, קש, סבון ומגבונים.

17:30 / 24.7

שבשבת רוח
לגינה או לאחדן החלון

17:30 / 31.7

חיר צליל נולד? נלמד להפיק צליל
בעזרת הד ונכין דרבוקה מקושטת

ימי בי מופעים

17:30 / 1.7

מופע כתיחת הקיץ
זואק הדמיון של
נולד אפנדוש



מופע הפעלה שמח המשלב שירים
והקפצה מרתקת לכל הילדים!!

17:30 / 8.7

טליה וחברים חכמים
בשמש



17:30 / 15.7

לרקוד כמו כוכב



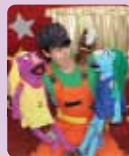
17:30 / 22.7

טליה וטוטו בקיץ חם



17:30 / 29.7

צילי וגילי במסע
בלתי רגיל



כואו להיות גנים שלני בפייסבוק - קניון גנים סניג גקוה

www.facebook.com/ganimmall



קניון גנים

חניה חינם! רחוב העצמאות 65, כפר גנים ג, פתח תקוה
טל 03-9224699 www.ganim-mall.co.il

הקניון שומר לעצמו את הזכות לבצע שינויים בתוכנית.
התמונות להמחשה בלבד. ט.ל.ה.



מממ.... שוקולד!

הוא מגיע במגוון צורות וטעמים, ומתקשר לאהבה ולתשוקה האם הוא בריא לנו?

המזון המקושר ביותר ליום האהבה הוא כנראה השוקולד.

מה אנחנו באמת יודעים עליו?

השוקולד מופק מפולי קקאו טחונים והוא מכיל קקאו, חמאת קקאו, סוכר, חלב ולפעמים חומרי טעם. ערכיו הקלוריים גבוהים: כ-500 קק"ל ל-100 גר', שנתרמים בין השאר מתכולת השומן הגבוהה. השומן הרווי בשוקולד מקורו מחומצה סטיארית שנחשבת נייטרלית בהשפעתה על רמות ה- LDL בדם (הכולסטרול "הרע").

היתרונות הבריאותיים של השוקולד מיוחסים לשוקולד המריר או לאבקת הקקאו, שמכילים כמות פחותה של סוכר, אינם מכילים חלב ומכילים ריכוז גבוה יותר של פלבנואידים, ביחס לשוקולד חלב. הפלבנואידים הנם חומרים טבעיים שנמצאים בפירות, בירקות, בתה וירוק וגם ביינ אדום. הם פועלים כנוגדי חמצון ומתקשרים עם הגנה מפני מחלות לב וסרטן.

ככל שהשוקולד יכול יותר מוצקי קקאו, כמות הפלבנואידים שבו תהיה גבוהה יותר. עם זאת, איכות שוקולד תלויה גם במידת העיבוד שלו, ונכון להיום לא ניתן לדעת מהכתוב על גבי האריזה את כמות הפלבנואידים.

מחקר שפורסם בשנת 2007 בעיתון הנחשב, JAMA - The Journal of the American Medical Association, מצא שצריכה קטנה של שוקולד מריר (6.3 גר') במשך 18 שבועות, אצל אנשים מבוגרים עם יתר לחץ דם קל, שיפרה באופן מובהק את רמות לחץ הדם, מבלי שהשפיעה על משקלם או על גורמים אחרים.

בשנת 2012 פורסמה בעיתון יוקרתי נוסף, American Journal of Clinical Nutrition, מטה אנליזה אשר בחנה מספר מחקרים שבדקו צריכת שוקולד, ולפיה נמצא שצריכתו הובילה לשיפור בערכי הכולסטרול ובעמידות לאינסולין. מחקרים נוספים הראו גם ירידה בסיכון למחלות לב כתוצאה משיפור תפקוד כלי הדם וזרימת הדם בגוף.

יחד עם זאת הומלץ במסמך העמדה של האיגוד הקרדיולוגי בישראל ועמותת עתיד- עמותת הדיאטנים



והתזונאים בישראל, שפורסם ב-2010, שלא לצורך שוקולד על-מנת למנוע מחלות לב...

ומה באשר להשפעתו על הנפש?

רבות נאמר על תפקידו של השוקולד בסיפוק צרכים וחסכים של הנפש, ולא נחסכה התייחסות על תפקידו גם בענייני הרומנטיקה והתשוקה.

תכונותיו של השוקולד עוד תחקרנה רבות, ועד אז, אם רוצים להתפנק - אפשר לצרוך שוקולד בכמות קטנה, 1 - 2 קוביות ביום, ועדיף שוקולד מריר עם אחוז מוצקי קקאו גבוה, שעשיר יותר בנוגדי חמצון, ולכן עדיף על שוקולד חלב.

יש לזכור ששוקולד מכיל מרכיבים נוספים, למעט הקקאו, שתורמים קלוריות רבות להפריט ומקטינים את היתרונות הבריאותיים שלו.

חשוב! - לחולי סוכרת, חולי כליות וכדומה, עדיף להתייעץ עם הדיאטנית המטפלת לפני צריכת שוקולד.

דיאטיפ:

הילד שלכם אוהב לשתות קקאו?

הכינו לו משקה קקאו ביתי מאבקת קקאו איכותית, מעט סוכר (1/2 כפית) וחלב. כך תרוויחו יותר נוגדי חמצון ופחות סוכר לעומת משקאות קנויים או אבקות שוקו מוכנות.

המאמר מצוי במגזין *כאשר*, ואינן מהווה ייעוץ היתר
 © כל הזכויות שמורות למוציא לאור.

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



האתר שלנו בסמרטפון שלך

דורונדל"ן

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

מובילים את ענף הנדל"ן בכפר גנים ג'- 4 עסקאות מכירה ב-5 ימים!!!

נמכר

נמכרה תוך יומיים לפני שצולמה ופורסמה!!!

4 חדרים ק.1 ברח' עצמאות ערפית

נמכר

5 חד' ק.4 ברח' בלום

נמכר

ד.גן 5 חדרים חדשה גינה 200 מ"ר ברח' נקר

נמכר

דופלקס לופט, 6 חד', ק.7 ברחוב הרב איירברך

להשכרה בבלעדיות

דירות 5 חד' חדשות וממוזגות, 2 חניות ומחסן צמוד ברח' נקר

למכירה בבלעדיות

4 חד' ק.5 ברח' ליפשיץ, מרווחת, נוף פתוח, 2 חניות

למכירה בבלעדיות

ד.גן 4 חדרים גינה 160 מ"ר שקטה, מיידית

בשיווק בלעדי

דירות 6,5 חד', מוני פנטהאוז דו.גן חדשות וממוזגות ברח' יטקובסקי. 8.13 אכלוס

יש לך נכס אטרקטיבי למכירה?

הנכס יקבל מאיתנו את החשיפה המקצועית והמתקדמת ביותר בתחום הנדל"ן

פרסום הנכס בדף **f** שלנו: **דירות למכירה בכפר גנים ג'**

סרטון וידיאו לנכס בערוץ **YouTube** שלנו

דיוור ישיר בדוא"ל: למאגר ממוקד של מאות לקוחות פוטנציאליים

פרסום באתר הנדל"ן המקצועי והנצפה ביותר: www.doronadlan.co.il

פרסום הנכס באפליקציה בסלולר: ישירות בסמרטפון של הקונים

פרסום בעיתונות: המקומית, האזורית, החילונית והדתית.

חדש וייחודי: תעודת אחריות לאיכות השרות שלנו: לא מרוצים לא משלמים!

ואותך נפנק בחבילת נופש זוגי בשווי 2000 ש"ח לבחירתך לאחר המכירה*

* בכפוף לתנאי המבצעים שנמצאים באתר האינטרנט שלנו

אנחנו כאן בשבילך לפגישת ייעוץ ללא התחייבות מצידך



אורית
052-2898878

054-4404286

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



דורון
054-4404286

אתר הנדל"ן המקצועי והנצפה ביותר www.doronadlan.co.il



סוויטת אוהבים

חג האהבה בפתח ואנו חולמים על חופשה רומנטית אבל למה לחכות לסוויטה מפנקת בחופשה, כשאפשר ליצור אותה גם בבית?

ובהתנהלות במרחב כה קטן. במקרה של בחירה, תיתן עדיפות לארון אחד גדול ולמרחב רחצה מרווח ומפנק.

שידה אישית

שידה אישית לצד המיטה חיונית להנחת אותם פריטים שמסייעים לנו להיפרד מהיום: ספר טוב, מחברת להעלאת הגיגים וכדומה. כמו-כן, ניתן להניח על השידה פריטים אהובים ותומכים, כגון: תמונה משפחתית או קופסת תכשיט אהוב. כאן יכולה לבוא לידי ביטוי היצירתיות: תיבת עץ, מזוודה קטנה ישנה, שולחן צד קטן וצבעוני גם הם יכולים לשמש כשידה.

תאורה

רצוי שמרחב השינה יהנה מתאורת אווירה וקריאה. זו יכולה להיות מנורה עומדת או מנורת לילה צבעונית ושובה. כמו-כן, מנורת לד קטנה לקריאה שמכוונת לספר, תסייע לך לקרוא בספר מבלי להפריע לישן לצידך.

מצעים

גם צבעי המצעים תורמים להתרוממות הנפש. כאן המקום לשלב צבעים ולהימנע מאחידות של סטים. למשל, ציפות לכריות בצבע לבן עם רקמה צבעונית, סדין בצבע הרקמה, בחירת צבע עז לשמיכה, או מצעים לבנים צחים לרגיעה. רקמת כיתוב בעל משמעות עבורנו על ציפית הכרית, משרדרגת.

צרו לעצמכם את סוויטת בית המלון הפרטית שלכם, באהבה!

כן, אני נוסעת לחופשות בבתי מלון, אבל תמיד כף לדעת, שהמיטה בבית הרבה יותר שווה... אז איך הופך חדר שינה שגרתי לסוויטה מלכותית ומרגיעה?

מיקום המיטה

מיקום המיטה בחדר הנו חיוני להשגת הרוגע והשלווה. להנחת הראש על הכר בכיוון מיטבי השלכה ישירה ליכולת להתכנס פנימה ולהרגעות לקראת שינה. לעולם לא נמקם את ראשו כשפתח הדלת מאחוריו, מתוך רצון לאפשר התבוננות על הנכנסים פנימה. התבוננות זו מאפשרת שליטה במרחב הפרטי שלנו וכך גם שלווה נפשית. בנוסף, לא נמקם את הראש למול הדלת, בנתיב פתח הכניסה לחדר, בשאיפה ליצור מרחב שינה שמחבק ומנטרל גירויים חיצוניים.

קיר גב מיטה

פתח חלון הממוקם מעל גב המיטה, נמצא מאחורי הראש ואינו מאפשר התבוננות ושליטה עליו. רצוי להסוות את הפתח בוילון לאיטום ולמראה גב מיטה רך ומזמין. את הווילון ניתן לפרוס לאורך הקיר כולו כטפט. ככלל, קיר גב מיטה הוא הקיר אליו נשואות עינינו עם הכניסה למרחב המנוחה. ריכוך שלו ייצור את הכניסה למנוחה מזמינה, אם באמצעות צבע דומיננטי, טפט רומנטי, אותיות עץ עם כיתוב או מדבקה עם אמירה בעלת משמעות עבורנו. בהעדר חלון בקיר גב מיטה אפשר ורצוי לתלות ציור ממוסגר אהוב. בנוסף, כדאי לרכך את גב המיטה עצמה באמצעות ריפוד או כריות.

ארון גדול ורחצה מפנקת

יחידות הורים בדירות קבלן סובלות מריבוי פתחים: הכניסה לחדר עצמו, לחדר ארונות, לחדר רחצה וכן חלון אחד או שניים. אין שלווה בריבוי פתחים



ציקי ארון - מעצבת פנים וסטייליסטית

טל: 054-2424976

zikioron@gmail.com

www.tzikidesign.co.il



ויליזאזש טוטלוע סיכפוט

2 מיני גרם 7, ויליזאזש טוטלוע סיכפוט / 054-8192007

מיני גרם 7, ויליזאזש טוטלוע סיכפוט / 052-6397335



מוכר נכס?

רוצה קביעות

ראיינו את עו"ד אורי אהד, מיד כשנבחר לשמש מ"מ ראש העיר, היום אנו מראיינים אותו כמועמד לראשות העיר בבחירות הקרובות. מה השתנה?

שירן רובינשטיין



אהד במפגש עם תלמידים בסניף שגרתי בבתי הספר

כתושב החל מרגע פנייתו לאחד מגורמי העירייה ועד לסיום הטיפול.

מאז כניסתך לתפקיד אתה מעורב במהלכים רבים ולא מתמהמה בקבלת החלטות. תפיס דעתנו שהן נלקחות בצורה שקולה ואחראית.

כראש עיר אתה חייב לקחת החלטות, להוביל את המערכת ולקבוע סדרי עדיפויות, אחרת אתה מועל בתפקידך. אני בהחלט לומד מהר. ההחלטות שאני מקבל נעשות תמיד אחרי התייעצות עם הגורמים המרכזיים, ואני מקפיד לקבוע לוחות זמנים לביצוע כל החלטה ולמעקב אחר היישום שלה. זו הדרך היחידה שאני מכיר שראוי ונכון להוביל עיר קדימה.

מה עוד הצלחת לקדם בחודשים שבהם הנך בתפקיד?
כשנכנסתי לתפקיד אחד היעדים המרכזיים שהצבתי לעצמי היה לטפל בנושא הבטחון האישי. החזרתי לפעילות את הסיירת העירונית, שתגיע בטווח של חצי שנה מאפס רכבים לשמונה ניידות, והדקתי בצורה מאסיבית את שיתוף הפעולה מול המשטרה. במקביל ביקשתי שיכניסו את העיר לתוכנית של "עיר ללא אלימות" או "שיטור עירוני". בשבוע שעבר התקשר אליי אישית השר לבטחון פנים והודיע לי שפתח תקווה

כממלא מקום ראש העיר יש לאורי אהד נקודת זינוק טובה מול יתר המתמודדים לראשות העיר. אהד לקח את ההזדמנות בשתי ידיים ובחמישה חודשים בתפקיד לא ביזבו זמן וקידם החלטות ומהלכים, חלקם שנויים במחלוקת. מאידך, לצד העשייה המתקשרת, לא ירד אהד גם מהכתרות השליליות.

האם הציבור רוצה לראות את אהד ממשיך לנהל את העיר? זאת נדע ב-22 באוקטובר.

ערכנו עמך ראיון עם כניסתך ללשכת ראש העיר, ספר לנו- מה רואים מאחורי שלא רואים משם?

אני דווקא טוען שבדיוק את אותם הדברים שראיתי משם כיו"ר האופוזיציה, אני רואה גם מאחורי, בהבדל מובהק אחד- שמהכסא הזה, את כל הדברים עליהם חשבתי ודיברתי, לגבי הובלת העיר והתנהלותה מול התושב, עכשיו אני גם מתחיל לבצע.

האם מצאת את התפקיד כפי שחשבת שיהיה?

התפקיד מדהים! להוביל עיר של 240,000 תושבים מכל גוויי האוכלוסייה, עם כל המורכבות שלה, זה דבר מדהים, עם אחריות עצומה ואתגר שאי אפשר לתאר במילים. זאת בדיוק הסיבה שאני נהנה מכל רגע. אני רואה שניתן לטפל בדברים שבמשך שנים הוזנחו ולא זכו להתייחסות הנכונה.

האם בעקבות הלמידה מתוך לשכת ראש העירייה השתנו יעדיך לעיר?

ממש לא. בנושא החינוך- ביטלנו קיצוצים שבוצעו בשנים האחרונות והזרמנו למערכת החינוך סכום של כ-50 מליון ש"ח לבינוי ולתכנים פדגוגיים. בנושא התשתיות והבנייה חסרת הפרופורציות שהייתה פה בשנים האחרונות, עצרתי וקבעתי כלל ברור- לא תותר בנייה ולא יותר איכלוס של דירות באיזורים שבהם התשתיות כמו גנים ציבוריים ומבני חינוך לא ערוכים לקלוט את כמות התושבים. בנושא איכות הסביבה- השקענו מאות אלפי ש"ח בשבילי אופניים ומסלולי הליכה. בראייה שלי הדבר החשוב ביותר שאנו מטפלים בו הוא השירות לציבור. אנו מבצעים בנושא זה מהפיכה אמיתית, שכוללת ביקורת אישית שלי על הטיפול

מדברים על מחיר אישי כבד ששלמת מאז שפורסמו חובותיך הכספיים ופרשת היקרי. האם תרצה לתת תגובה אישית לחרושת השמועות?

המחיר היחיד, ואני מקבל את זה כחלק מהסיכון המקצועי, זה להיות חשוף למערכת משומנת ומתוזמנת של השמצות ולכלוכים שנועדו לפגוע בתדמית שלי ובהתמודדות שלי בבחירות.

בעבר נחשבת לאלטרנטיבה של החילונים בעיר. האם תדאג לאינטרסים של האוכלוסיה החילונית בעיר מבחינת הקמת מבני ציבור, פתיחת מקומות בילוי, תחבורה ציבורית עבור בני נוער בסופי שבוע?

האם גם הציבור הדתי יכול לראות כך את ראש העיר שלו?

אני ראש עיר של כל תושבי פתח תקווה על כל גווניהם. אני אומר בצורה ברורה - בפתח תקווה יכולים להיות כולם אלה לצד אלה. כבר התחלתי לקדם הקמה של איזורי פנאי, בילוי, תרבות ואירועים שיפעלו במיוחד למען הצעירים, ובאותה אנרגיה ומחויבות אני פועל להסדרה של בתי כנסת ופעילות מורשת ויהדות. אדאג לכך שלכל גוון באוכלוסיה יועמדו מבני הציבור הראויים לו.

לאור תוצאות מבחני המיצב, מה אתה מתכוון לעשות כדי לשפר את רמת החינוך בעיר?

אני לא מרוצה מתוצאות המיצב. הוספנו ותיקצבנו הפעלה של תוכניות פדגוגיות והעשרה חינוכית בבתי-הספר, ואני מייחס חשיבות גדולה לסיוע לתלמידים מתקשים. בנושא זה מתקיימות הבנות לשיתוף פעולה עם ארגוני המורים והתאחדות הסטודנטים לבניית מערך גדול של שיעורי עזר, תגבור וחונכות אישית הן מקרב מורים שפרשו לפנסיה והן מקרב סטודנטים.

אני גם חושב שמעורבות ההורים היא מנוף אדיר לצמיחתה של המערכת, והודעתי לוועד ההורים שתקציב החינוך לשנת 2014 יורכב איתם בשיתוף פעולה.

איזו בשורה יש לך לתושבי כפר גנים ונווה עוז בנושא חינוך ומבני ציבור?

אני רואה את העיר כמכלול, אך כמוכן שלחלק מהשכונות מרכיבים יחודיים. בכפר גנים קיימת בעיה עיקרית של מחסור במבני חינוך בעקבות האיכלוס המאסיבי שלא קדמה לו הכנת תשתית מתאימה. עשיתי שני דברים: הקדמתי הזרמה של תקציבים להשלמה ולבינוי של מוסדות חינוך לקראת שנת הלימודים הבאה. ובנוסף, אני אישית יחד עם הצוות המקצועי, ספקטור ומנהל החינוך מלווים את הבנייה בשכונות

נבחרה לקבל גם את תוכנית "עיר ללא אלימות" וגם את ה"שיטור העירוני". זו העיר היחידה שאישרו לה את שתי התוכניות, וזה הישג שהתושבים ירגישו באופן ברור. מדובר במערך פעילות אדיר שיעסוק במניעה של שימוש באלכוהול ובסמים על-ידי בני נוער וגם בתוספת של שוטרים למשטרת פתח תקווה.

מאז כניסתך לתפקיד, לצד העשייה, לא ירדת מהכותרות השליליות-משכורת מעוקלת, חובות כספיים, פרשת אליון היקרי.

טוענים נגדך שראש עיר שלא מסוגל לנהל את ענייניו הכספיים, אינו יכול להיות מופקד על תקציב של כמעט שני מליארד ש"ח ועל ניהול ענייני העיר.

הכותרות השליליות הן רק כותרות ואין מאחוריהן דבר. המשכורת לא מעוקלת וזורמת כסידרה, אין חובות ואין תיקי הוצאה לפועל. התביעה הפוליטית שהגיש היקרי נדחתה על-ידי בית-המשפט, ובימים אלה אנו מגבשים שורה של צעדים משפטיים נגדו. כמו-כן, הוגשה תביעת דיבה על סך של מליון ש"ח כנגד עיתון "כלכליסט" ש"נפל בפח" שניסו לטמון לי גורמים פוליטיים אינטרסנטיים. הדבר היחיד שהיה זה שתי תביעות של ספקים ממערכת הבחירות שניהלתי בשנת 2008, בסכום כולל של כחצי מליון ש"ח. נתתי הצהרת הון, למרות שלא הייתי מחוייב בכך, וחשפתי בה, בהתאם לחוק, את כל הפרטים ובכלל זה את שתי התביעות. בגלל תפקידי ומתוך רצוני ל"נקות את השולחן", החלטתי לא להמשיך לנהל את התביעות, אלא להגיע לפשרה שבה שילמתי פחות ממחצית מסכום התביעות. הפשרות נסגרו במהלך חודש מאי.

מדוע לא הסכמת לחשוף את נושך? האם לא מדובר בדרישה לגיטימית, לאור החשש מכך שראש העיר יהיה מחויב לקבוצות לחץ ולגורמים אינטרסנטיים?

בהצהרת ההון פירטתי את כל העובדות. זה היה המקום לחשוף בו את כל הנושים שלי. אני פתוח וגלוי לחלוטין. לטענות האחרות בנושא אין אחיזה במציאות. הן טענות של גורמים פוליטיים, שמתקשים להגיב על השיפור המהיר שהובלתי בעיר.

אנו שואלים שוב- האם שולמו כל חובותיך לפעילי מערכת הבחירות הקודמת?

אני אדם שלוקח אחריות ולא מתנער ממנה גם בדברים שהם לכאורה פחות נעימים. בצורת ניהול נכונה דאגתי להסדיר את כלל העניינים הכספיים אשר נוצרו בעקבות מערכת הבחירות האחרונה.

האם תלוי נגדך תיק פלילי או אשמה פלילית כזו או אחרת?

ממש לא ומעולם לא היה.



אהרן בסיוור השבועי, בודק שהכל פועל על פי התכנית.

החדשות ובכל שבוע מבצעים סיור אישי בשטח, כדי לבדוק שיש עמידה בלוחות הזמנים.

מהם עיקרי המצע שלך?

בתחום החינוך - סיימנו להכין תוכנית חומש לפיתוח ובניה של 140 מוסדות חינוך חדשים בעיר. נפעל לצמצום כמות התלמידים בכיתות, ונפעיל תוכניות יחודיות לסיוע לתלמידים מתקשים. בחינוך הבלתי פורמלי כוונתי לתת לכל ילד בין כהא' ל- ו' חוג עירוני אחד חינם, וכן, נגדיל את תקציב תנועות הנוער.

בתחום הבינוי והתשתיות - כוונתי לעצור את קצב הבנייה המטורף, ולהתאים אותו להתפתחות התשתית מבחינת מבני ציבור, תחבורה ושטחים ירוקים. באיוורים הוותיקים - אני מקדם תוכנית התחדשות עירונית.

במתחם מחנה סירקין אנו מתנגדים לתכנית בניית 17 אלף יחידות דיור, ופועלים להקמת פארק עירוני גדול במקום. בנושא ניקיון וחזות העיר - כבר התחלנו לפעול ולתקן טעויות עבר.

תחום השירות לתושב יעבור מהפיכה מהותית בכל הנושא של מתן מענה, קביעת זמנים וטיפול בתלונות, יוסרו החסמים הבירוקרטיים, ויחידת פניות הציבור תוכפף ישירות ללשכת ראש העיר.

בתפיסתי הבסיסית, תפקידה של עירייה הוא קודם כל מתן שירות לתושב.

אומרים שמאז כניסתך לתפקיד, אתה מנהל "כלכלת בחירות" בזבזנית ופופוליסטית - יום חופש לעובדים, חניה חינם, פעילויות לנוער בחופשת הקיץ בחמישה מיליון שקלים.

בעצם רואים שהעירייה יכולה לתת שירות לתושבים. זה התפקיד שלי, לכן נבחרתי. יום החופש לעובדים ניתן בעקבות פניה של גורמים מקצועיים בכירים בעירייה, ובעקבות בקשה של משרד הפנים העניין נבדק מחדש, וכל המלצה תיושם. לגבי החניה בחינם - מדובר בתוכנית שהגשתי לביצוע ושאושרה במועצת העיר פה אחד עוד כשהייתי באופוזיציה, ומבחינת לוחות הזמנים הגיעה לביצוע כשנבחרתי לראשות העיר. אני מודע לכך שאני כנראה ראש עיר מזן אחר, כזה שמקיים הבטחות. מדובר בפיילוט וכבר יש לנו מסקנות - אחת מהן היא לא לאפשר לבעלי העסקים לנצל לרעה את החניה בחינם ולשמור אותה לתושבים.

טוענים שאתה מנצל את תפקידך ומפרסם את עצמך בכל הזדמנות על חשבון משלם המיסים.

מאז שנכנסנו לתקופה של חצי שנה לפני הבחירות, הוריתי להוריד את השם שלי מכל המודעות על אירועים בעיר.

תומכיך מדברים על רוח חדשה שמושבת בעיר. במה מדובר?

בדרך החדשה שאנו מובילים, אנו מקשיבים לתושבים ומשתפים אותם בתהליכי קבלת ההחלטות. אנו עושים זאת עם ועדי שכונות, עם הנהגות הורים בבתי-ספר, עם מועצת הנוער העירונית ובפגישות עם תושבים, ומתרגמים את ההקשבה לפעילות. בחמשת החודשים שאני בתפקיד הובלנו דברים ששנים לא טופלו.

האם תצליח להניח את המחלוקות האישיות בצד ולעבור בשיתוף פעולה עם כל אחד מהמתמודדים האחרים?

אחרי הבחירות אזמין אלי את כל הנציגים שיבחרו. כל סיעה שתראה שהיא מתכוונת לתת שירות אמתי לתושב, ורואה "עין בעין" איתי את היעדים העירוניים - אזמין אותה בשמחה להצטרף לקואליציה העירונית.

מי מבין המועמדים האחרים לראשות העיר מהווה עבורך את ההתמודדות הרצינית ביותר?

אני מתרכז בפעילות ובעשייה שלי. אין ספק שהדרך החדשה שאנו מובילים כבר זוכה לאהדת התושבים, ואני מרגיש את המשוב החיובי והתומך.

מדוע על התושבים לבחור בך?

העובדה שבחמשת החודשים האחרונים אנו מובילים כאן דרך חדשה ומטפלים בדברים שהוזנחו במשך שנים, מוכיחה בצורה הטובה ביותר את הגישה, הטיפול והתוכניות העתידיות לעיר ולתושבים.

אם את כל זה עשינו עבור התושבים בחמישה חודשים בלבד, אז השמיים הם הגבול...

מבצעי קיץ חמים בונה עינת

**ביגוד ספורט
קיץ**

DIADORA
SKECHERS

1+1

**קרוקס
Beach**

נשים וגברים

crocs



149.90
במקום 199.90

סנדלי ילדים

himrod

papaya



30% הנחה
על כל מגוון סנדלי הקיץ

ספורט נוער

SAUCONY



דגם 46807
דגם 45444
דגם 45495

249.90
מידות 37-39.5



רק 19.90

צ'יפס קיץ

סנדל גברים

NEW BALANCE



דגם 211

249.90
במקום 339.90

מידות 41-47

15%
הנחה

סנדלי נשים וגברים

בניט
MORAN
טבע נאות
הלב ♥ הכחול

20%
הנחה

סנדלי נשים

Fly Foot
LADY COMFORT
ROMIKA

גנה עינת רשאית להפסיק את המבצע בכל עת וללא הודעה מוקדמת

נ.ג.ה. עינת חנות המפעל קיבוץ גבעת השלושה

טל. 03-9030150

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



זריקות נעורים

את הגיל לא ניתן לעצור, אבל ניתן להעניק לעור מראה צעיר יותר, מטופח ורענן בכל גיל



*תמונת אילוסטרציה

עורנו מזדקן - מדוע ?

- עקב השפעת גורמים חיצוניים כמו- קרינת השמש, חשיפה לכימיקלים, זיהום סביבתי, יובש ועישון.
- בשל אורח חיים לא בריא כמו- תזונה לקויה, מתח, לחץ נפשי וחוסר שינה.

- בעקבות הפעלת שרירי הפנים, תהליך טבעי שיוצר עם הזמן קמטי הבעה.

- בשל תורשה וגיל: לאורך השנים העור מאבד מרקמות השומן, הקולגן והחומצה ההיאלרונית שבו, ובשל כך נפגע המבנה המוצק של העור, הנפח מצטמצם והלחות והגמישות פוחתים.

קיים מגוון רחב של טיפולים בהזרקות העור, ובהם טיפולים בהזרקות:

- הזרקות חומרי מילוי - חלקם קבועים וחלקם זמניים כמו **חומצה היאלרונית**:

חומצה היאלרונית מצויה בעור באופן טבעי ושומרת על לחות ונפחו, אך פוחתת משמעותית עם הגיל. שימוש בה כחומר מילוי טבעי מפחית את הסיכון לתופעות לוואי ואלרגיות והיא נספגת בגוף ספיגה מלאה. היא משמשת למילוי קמטים, שקעים וקפלי עור, לטיפול בצלקות אקנה, לעיצוב נפחים בשפתיים, בלחיים ובסנטר, לטיפול בא-סימטריה של הפנים, לטשטוש שקעים כהים סביב העיניים ועוד.

חומרי המילוי וריכוזם מותאמים באופן אישי לכל מטופל/ת בהתאם לסוג העור והקמט.

- הזרקות **בוטוקס או דיספורט** משמשות לכמה מטרות:

1. כדי להרפות זמנית את פעילות השרירים הגורמים להיווצרות קמטי הבעה בזוויות הפה ובצידי העיניים

(קמטי צחוק), בין הגבות (קמטי זעף) ולאורך המצח (קמטי חשיבה).

2. טיפול בהרמת גבות, ללא ניתוח, לקבלת מראה צעיר.

3. טיפול נגד הזעת יתר בכתי השחי ובכפות הידיים.

מזותרפיה:

טיפול אנטי-אייג'ינג בהזרקה לעור של ויטמינים, מינרלים, קו-אנזימים, חומצה היאלרונית, חומצות אמינו (חלבונים) וכדומה. חומרים אלה פועלים לחידוש ולהצרת העור, הם מעודדים ייצור טבעי של אלסטין וקולגן שדרושים לגמישותו ומיצוקו של העור, משפרים את חילוף החומרים בתאים, סופגים מים ולחות, פועלים כנוגדי חמצון, ומחזירים לעור את חיוניותו. הטיפול מיועד לאזורי הפנים, הצוואר, המחשוף וגב כף היד.

כל טיפולי ההזרקות נעשים על-ידי רופא/ה מוסמך/ת. כדי לשמר את תוצאות הטיפול בהזרקות, יש לחזור על התהליך. מדובר בטיפול תקופתי שתוצאותיו נשמרות לטווח משתנה שתלוי במטופל/ת, בחומר המוזרק ובאזור המטופל.

נעמי עזר, קוסמטיקה רפואית מתקדמת,
טל: 052-3929793, 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 יולי בהזמנת תור מראש
פופלמן אברהם 10 (נווה עוז) פתח תקוה 052-3929793
www.neomiezer.co.il

NE נעמי עזר
קוסמטיקה רפואית מתקדמת



NE נעמי עזר

קוסמטיקה רפואית מתקדמת



כל הרוכשת Glyco Active Home Solution תקבל מסכת זהב מתנה!

גליקו הום סולושן
תכשיר יחודי הנועד לחדש את העור, לסייע בהבהרה ולהעניק לעור זוהר.
מסכת זהב - מחממת ומסייעת בהענקת מראה זוהר וקורן, מכילה ויטמין C, ויטמין A ואת מינרל הזהב.

HAVA ZINGBOIM
cosmeceuticals

טיפולים פרא רפואיים מתקדמים/ אפילציה/
הזרקות חומר 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 בפייסבוק



חייבת זוגיות

גם את מרגישה שאת לא רק "רוצה זוגיות"
אלא "חייבת זוגיות"?
יתכן שזו אחת הסיבות שמונעות ממך
להגיע למטרה

רחל שרגל

שבך אין מקום. למשל, מרוב שהיית עסוקה בלהרשים ולמצוא חן, פספסת את עצמך ולא היית את... בזוגיות טובה, כל צד ירגיש ביטחון להיות הוא עצמו, והקשר יגיע ממקום גינוח ובטוח. רק כך תיווצר אינטימיות אמיתית ועמוקה.

לתהליך היכרות נדרש זמן! תהליך התפתחות הקשר הוא שלב הכרחי בבניית קשר יציב ואמיתי. ההנאה, ההיכרות העמוקה וצבירת החוויות בדרך הן אלו שיוצרות בסיס איתן לעתיד מערכת היחסים. לכשיגיע השלב במעלה הקשר, כשיהיו גם חיכוכים והפרפרים קצת יעופו, זו בדיוק תהיה האנרגיה שתיתן לנו את הרצון להתאמץ, כי נזכור שפעם בתחילת ההיכרות היה כיף.

אז איך מפסיקים לרצות כשאת כל כך רוצה?

שאלתי את עצמך מה את רוצה להשיג? להיות? לחוש? התבונני בתוכך פנימה, וגלי את כל החלקים שבך. כתבי רשימת תכונות שחשובות לך שיהיו בגבר שלך. אחר כך, כתבי מהי האווירה הרגשית שאת רוצה שתהיה ביניכם. מילותייך הכתובות יתהוו לכדי יצירת דמות מלאה, נושמת וחייה. ועתה, הירשמי לאתרי הכרויות, צאי למקומות שטרם יצאת אליהם, עשי דברים שמעולם לא עשית. עשי דברים לנפשך, לעצמך. הגדירי מטרה, שחררי ותהני. רקדי כאילו אף אחד לא רואה, אהבי כאילו אף פעם לא פגעו בך. כשתשחררי, כשתרשי לעצמך להיות את ותהיי נאמנה לעצמך, הדרך למציאת הקשר הנכון תהיה קרובה מתמיד.

את כבר יותר מדי זמן לבד, את נלחצת, מתחילה לשאול עצמך שאלות: "למה אין לי גם?" "מה, אני שווה פחות?" "למה לי לא מגיע?"

"אני כבר חייבת שתהיה לי זוגיות!" ה"חייבת" הזה, מגיע ממקום של לחץ.

מה עושים כשחייבים? כשרוצים משהו מאוד? מסמנים אותו כמטרה ומציבים יעדים להשיגו. במציאת קשר זוגי, דווקא העמדה הפנימית הנחושה הזו, הרצון העז הזה, הם אשר מונעים מלמצוא את האחד.

האמירה של ה"חייבת", מגיעה ממצב של חוסר. במצב זה את משקיעה מאמץ יתר בלהשיג את המטרה בכל מחיר, תוך "פספוס" הדברים המרכזיים והחשובים באמת, דברים הכוללים הנאה מהתהליך והתחברות ל"אני" העצמי שלך.

את מסתערת על המטרה מהמניעים הלא נכונים, והלחץ מונע ממך את השגת המטרה:

- את מרגישה שאסור לבזבז את הזמן, ולכן את מתייחסת לדייט כאל ראיון עבודה ולא ממקום של היכרות אינטימית. את מחפשת מועמד שימלא תפקיד בחיך, ולא מתייחסת אליו כאל אדם שאיתו את רוצה לחלוק את חיך כחבר ושותף אמיתי.

- כשאת לא רוצה לבזבז את הזמן, את פוסלת לא מעט גברים, או דווקא ממהרת לבחור בגברים הלא נכונים. המהירות גורמת לך לראות את מה שנוח ומתאים לך כרגע תוך התעלמות מסימני אזהרה או חוסר התאמה.

- כשאת מתמקדת ברצון העז לקשר, את מתעלמת מצרכים נוספים שלך, מפחדים וחששות שיש לך ומנוגדים לרצון בקשר, לרבות פחד מאינטימיות או פחד ממחויבות. כשאת מתעלמת מהם, הם פשוט פועלים מבלי שתהיי מודעת להם, ובעצם הם אשר מנהלים אותך ומחבלים ביכולת שלך למצוא קשר. כשאת רוצה ממש, עד כדי "חייבת", לחלקים אחרים

רחל שרגל, מאמנת אישית להעצמה, הכוונה לקריירה ולהתפתחות אישית

www.rachel-shargal.co.il 052-6885555

סדנאות צורפות לצעירים

צורפים

ת'זמן

2013

- להכין בעצמכם את התכשיטים הכי מיוחדים
- לעצב ולקחת הביתה תכשיט חדש כל יום
- ללמוד מיומנויות מעולם הצורפות המקצועי

6-19.8.2013

קורסים נוספים יפתחו לפי דרישה

מור קושניר
050-7500196

יוני: 052-2588429
studioyoni@gmail.com

www.facebook.com/studioYonni

סטודיו יוני כהן לצורפות
המהר"ל 4 קרית מטלון, פתח תקוה / 03-9232424



הנחה
עד 200 ש"ח
בהרשמה מוקדמת עד 20.7

רוצים להוזיל את עלות נקיון הבניין, בלי להתפשר על איכות הנקיון?

שתק

שרותי ניקיון

אנחנו יבין איתו
כפול ביתנו

חברת שחק מציעה גם לבניין שלכם
להצטרף לבניינים מרוצים נוספים
ולהנות משירות נקיון איכותי ומהיר

נקיון חדרי מדרגות, לוב, וטרנט ומראות - נקיון חצר, חניה, שבל, כניסה,
נקיון בנייני משרדים - נקיון דירות לאחר שיפוץ/לפני כניסה

להצעת מחיר התקשרו עוד היום!

050-240 1282 | ניסן
052-3824545



*תמונת אילוסטרציה



פרגנו ותנו להם ליהנות

עקרונות הפסיכולוגיה החיובית בראי החופש הגדול

ת ארו ועצמכם חיים בעולם נטול דאגות; בלי לחץ, בלי דרמות, בלי מחשבות אין סופיות של - "מה יהיה? ומה אם...?" עולם פשוט, בטוח ונעים.

ומה המציאות? - בשנים האחרונות עולה תופעת הדיכאון בשכיחות מפחידה. רמת הדיכאון בעולם עלתה פי עשר בהשוואה לשנת 1960.

בעבר, הגיל המינימאלי של הלוקים בדיכאון היה 29.5, וכיום הוא נמצא מתחת לגיל 15! הדיכאון הפך להיות אפידמיה, מגפה כלל עולמית. בשל כך התעורר בפסיכולוגיה ענף חדש, ענף הפסיכולוגיה החיובית, ששם לו למטרה להפוך לתוכנית חיסון עולמית שתילחם במגפת הדיכאון.

החופש הגדול כבר כאן. היתרונות העיקריים בחופש הם הירידה בלחץ המטלות הלימודיות, היכולת להתענג על זמן פנאי רב יותר, היכולת לנוח וגם... לא לעשות כלום!

מתברר שהורים רבים סובלים מפוביית החופש הגדול, ומרגישים שהם מאבדים שליטה בגלל סדר היום משתבש. המתבגרים הופכים יום וליילה, מבליים יותר בחוץ, אוכלים בשעות מוזרות, שוקעים שעות במשחקי מחשב, והחופש הופך לשדה מוקשים של ריבים ומלחמות.

בחרתי להתייחס לעקרונות הפסיכולוגיה החיובית בראי החופש הגדול, כדי לאפשר להורים לראות את החופש כהזדמנות נהדרת להיכרות מחודשת עם המתבגר ולהנאות משותפות.

אני מציעה שינוי בחוקי המשחק - בואו ננסה להזכר כמה כיף היה לצאת לחופש הגדול, ונפרגן למתבגרים בהנאה ממקום פנימי ועמוק.

בואו ניפרד מפנטזיות לא ריאליות (אף ילד לא לומד מיוזמתו מתמטיקה בחופש הגדול, כדי להיות מוכן יותר בשנה הבאה...), ונזכור שבסך הכל מדובר על שמונה שבתות ולאחריהן - המרוץ לבגרות ממשיך.

• הכירו את התכונות שבהן המתבגר הפרטי שלכם מתהדר (זכרו, אין טוב או רע. אין תכונה שלילית וחיובית), ושוחחו איתו על "מינוני התכונות" הרצויים עבורו.

- חפשו את החוזקות של המתבגר שלכם והאירו אותן בפניו: "יש לך הומור מדהים! כשאתה מחליט להצחיק, כל האווירה בבית משתנה". ראיית אותה תכונה והדגשתה מסייעות לתפקד במצבי לחץ. לדוגמה - במהלך טיול בחו"ל, כשכל המשפחה נוסעת שעות ארוכות ברכב, ובמושב האחורי מתחילות מלחמות עולם. זו העת לשליפת החוזקות ולשימוש בהן בזמן אמת.
 - מצאו את הדברים שבהם המתבגר חש סיפוק והשתתפו עמו: משחק מחשב, ריצה, שהות ממושכת עם חברים, בניית דגמים של רובוטים, בישול וכדומה. כל תחום שמספק כר נרחב לפעילות משותפת, ושבו יש למתבגר את היכולת לחוות את עצמו במיטבו. ממקום של שפע - יש שיתוף ונתינה.
 - הדגישו את הייחודיות של המתבגר הפרטי שלכם ותנו לה במה: לכל אחד יש תחום שבו הוא טוב, ושמהווה את הדרך שבה הוא מביע את הקול הפנימי, האישי שלו. חיזוקים חשובים, הם מסייעים להתנהלות היומיומית ומעצימים את המתבגר.
 - היפרדו מהכעס ומהבקורתיות והוציאו אותם לחופשה... קבלו החלטה לא לכעוס (עד כמה שאפשר), ותנו למתבגרים באמת ליהנות מהחופש. בתיק הזכרונות שהילד שלנו ישא כבוא היום בצאתו מביתנו, נרצה שיהיו לו זכרונות נעימים ולא רק זכרונות של דרישות וכעסים.
- החופש הגדול, שבו יש ירידה מהלחץ השגרתי, היומיומי, הוא הזדמנות נפלאה לצבירת אותם רגעים מהנים משותפים. חופשה נעימה!

ענת זפרני מרצה לפסיכולוגיה, M.A בחינוך
מנחת קבוצות הורים, www.anat-zafarani.co.il

מרכז מומחים רב תחומי
לבריאות הפה והשיניים

ד"ר בכור



בבריאות הפה מטפלים רק אצל מומחים!



ד"ר בכור, כל המומחים וכל הטיפולים תחת קורת גג אחת!

שתלים
טיפול חניכיים

ד"ר רון בכור
מומחה לפריודונטיה (מחלות חניכיים)

יישור שיניים לילדים ולמבוגרים
בטכניקות מתקדמות ביותר

ד"ר נעמי בכור
אורתודונטית מומחית ליישור שיניים ולסתות

סתימות
כתרים

ד"ר גדי שחר מומחה לשיקום הפה

טיפול שורש

ד"ר ואדים סנדלר

אנאלי מייקל

מעקב וייעוץ ברמה הגבוהה ביותר

מתן אבחנה רפואית מקצועית

שירות אדיב וגישה אמפטית לכל מטופל ומטופל

קביעת תוכנית טיפולים מדויקת

בקה אותנו באתר www.orthonaomi.co.il

לתיאום תורים ומידע:

רח' שושן ימין 17 פתח תקווה (מול קניון כפר גנים) | 052-7246245 | 03-9233456



אהבה לבנה

היא מתוקה ומפנקת, מתאימה לחג האהבה ולכל ימות השנה

ט"ו באב הוא חג הבעיר, חג המחולות בכרמים, חג האיחוד בין שבטי ישראל וחג האהבה היהודי.

בימים ההם, בט"ו באב, נהגו בנות ישראל לצאת ולרקוד בשדות ובכרמים, כשהן לבושות בגדים לבנים, והגברים שביקשו לשאת אישה היו בוחרים את בנות זוגם.



היא לבנה ומעוררת את החושים ואין כמוה מתאימה לחג האהבה; במבט ראשון אפשר לטעות ולחשוב שמדובר בעוד עוגת גבינה, אבל מדובר כאן באחת והיחידה. לאחר עשרות עוגות גבינה, קיבלתי את המרכיב החסר משרית רבינוזון ("7... חלבונים לא צונחים...").

אז אם אתם רוצים לפנק מישהו קרוב ואהוב או את עצמכם, לפניכם המתכון הנכון:

עוגת גבינה

מצרכים אלוּגה:

- 7 ביצים מופרדות (חלבונים/חלמונים)
- 1 כוס סוכר
- 2 שקיות סוכר וניל
- 3 גביעי גבינה לבנה 9%
- (סה"כ 750 גר')
- 1 גביע שמנת חמוצה
- 5 כפות קורנפלור
- 1 אינסטנט פודינג וניל

מצרכים אקצפת:

- 2 שמנת מתוקה
- 1 אינסטנט פודינג וניל
- 1 כוס חלב

אלון הכנת האלוגה:

1. מערבלים במיקסר את החלמונים, הגבינה הלבנה, השמנת החמוצה, הפודינג והקורנפלור עד לקבלת תערובת אחידה.
- מעבירים את התערובת לקערה גדולה.

2. מקציפים את החלבונים ביחד עם הסוכר וסוכר הוּוּנִיל.

3. מעבירים את קצף החלבונים לקערה הגדולה שבה התערובת הקודמת בהדרגה תוך כדי קיפול (כדי לא לשבור את הקצף).

4. מעבירים את התערובת החדשה שנוצרה לתבנית מס' 26.

5. מכניסים את התבנית לתנור שחומם מראש ל-155 מעלות (לא טורבו) לכשעה (בשלב זה העוגה כמעט מכפילה את גובהה).

6. פותחים את דלת התנור, ונותנים לעוגה להתקרר בהדרגה במשך 15 דקות.

7. מעבירים את העוגה למקרר ל-30 דקות.

אלון הכנת הקצפת:

1. להקציף את כל החומרים עד לקבלת קצפת יציבה.

למרוח שכבה נדיבה של קצפת על העוגה ולקשט בריכה האהובה עליכם.

טיפ: אם תאכלו את העוגה הזאת כשאתם לבושים לבן, לא תאמינו איך כל העסק מקבל שדרוג.



בתאבון!





נעה'לה היקרה

עברו חלפו להם 12 שנים, והילדה הקטנה שלנו מרקיעה שחקים. השנים עברו במהירות מסחררת, והנה הפכת לנו לנערה מתבגרת. המשיכי להיות בעלת אופי מדהים שאוהב ומתחשב בכולם, ושהחיוך על פנייך יישאר לעולם. מאחלים לך בריאות, אושר והמון הצלחות בהמשך הדרך... גאים בך על מי שאת ואוהבים חזק, חזק אבא אמא עידו ויואב

מזל טוב לים שרגל ולמיכל ביניש המתקוות,

שחגגו יום הולדת 8 במועדון הוליווד. למסיבה הגיעו החברים והחברות מ"אלימלך כנר" והשמחה הייתה רבה!



כ'י'ר היצירה

חוגים וסדנאות אומנות רב תחומית

בכפר גנים פתח תקווה

מתאים לכל הגילאים



פסיפס • פיסול • ויטראז' • עיצוב בנייר • תכשיטנות

ההרשמה לסדנאות קיץ בעיצומה!

יעל חכם מוסמכת להדרכה

052-2218395

keffhayetsira@gmail.com

החלה ההרשמה לשנה הבאה



עונש או הזדמנות?

לא משנה כמה פעילויות נתכנן, עדיין יישאר לנו המון זמן פנוי עם הילדים



*תמונות אילוסטריציה

הוא הגיע - החופש הגדול! הילדים, ברוב המקרים, מאושרים, וההורים... זה כבר סיפור אחר. יש הורים שכבר דאגו לארגן לילדים ימים גדושים בפעילויות, בעוד אחרים נוקטים בגישה "זורמת" יותר ומתמודדים עם כל יום בנפרד.

אצל הורים רבים, הצירוף "זמן פנוי" ו-"ילדים" מעורר צמרמורות וחרדה. מתעוררות שאלות כמו- "איך נשרוף את הזמן?" או "איך נשרוד את החופש?"

החופש הגדול הוא תקופה שבה השגרה שהייתה נהוגה במהלך השנה מתערערת, שעות השינה משתנות והפעילות החברתית הופכת להיות תלויה בתוכניות ההורים (בגילאי הגן) או בתוכניות הילד עם חבריו. בשני המקרים ה"משעמם לי" הידוע יגיע בסופו של דבר. אז נכון שלכולנו לא קל; הילדים בחופש, אבל רובנו ממשיכים לעבוד ודואגים מה קורה איתם בבית או מדוע הם מבלים שעות מול מסך זה או אחר. עם זאת, ניתן להסתכל על ימי החופשה גם כהזדמנות נפלאה ליהנות יחד כמשפחה, לבלות זמן עם הילדים, ואף להקדיש תשומת-לב לכל ילד בנפרד. זמן איכות משותף מאפשר את העמקת ההיכרות והקירבה בין ההורה והילד ואת ביסוס הקשר. יצירת קביעות בבילוי משותף יוצרת אצל הילד ביטחון שההורה רוצה להיות עימו, לבלות ולהכיר.

"זמן איכות" משמעותו, כי פרק הזמן מוקדש נטו לילד ולעשייה משותפת. על ההורה להימצא באינטראקציה עם הילד, כאשר התקשורת ביניהם הדדית וכל תשומת הלב ממוקדת בילד, ולא בשניצלים שבמחבת...

עם זאת, האמירה "זו לא הכמות זו האיכות" לא תמיד נכונה בעיניי, וישנה חשיבות גבוהה גם למשך הזמן של בילוי עם הילד.

חשוב לזכור:

- הבחירה איך לבלות יחד את הזמן צריכה להיות משותפת ומקובלת גם על הילד, מהסיבה הפשוטה שהמטרה היא ליהנות. אל תארגנו פעילות של טיפוס על הר, כאשר לילד יש פחד גבהים (לפעילות כזאת יכולה להיות מטרה אחרת).

- תנו לילד לעשות את הדברים בדרך שלו ושימרו בלב הערות חינוכיות ושיפוטיות כמו - "שב יפה" או "צייר בעוד צבעים". חשוב לאפשר לו להביע את עצמו כרצונו, זה לא חוג או מפגש לימודי. אם מדובר ביצירה משותפת או אישית, החמיאו לו על הצירוף והתייחסו ליצירה בכבוד הראוי לה. שאלו אותו מה צייר, ואל תנסו לפרש זאת עבורו. במידה ואתם משחקים במשחק קופסה, והילד משחק "בדרך שלו", בקשו ממנו ללמד אתכם את המשחק שהמציא ואת כלליו.
- בחרו במשחק או בפעילות אשר יתאימו לרמתו המוטורית, ההתפתחותית והשפתית של הילד. שאם לא כן, זה יהפוך לחוויה מתסכלת, מלחיצה ולא מהנה.
- מחקרים מראים, כי ילדים שחוו התנסויות במשחקים פיזיים יגדלו עם דימוי גוף חיובי ועם תחושה של ביטחון בעצמם וביכולותיהם. התנסויות כאלו יכולות להיות בניית מסלול מכשולים בבית, משחקי תופסת, מחבואים, כדורגל וכדומה.
- חשוב מאוד - הזמן שבו אתם מבלים ביחד עם הילד הוא זמן שבו נוצרת קירבה ואינטימיות. זו הזדמנות מצוינת עבורכם, ההורים, לדובב אותו לשיחה; התעניינו ביום שעבר עליו, בקשייו ובחוויותיו.

והעיקר - שהחופש הגדול יעבור בשלום ובהנאה!

רינת רופא גורי, עובדת סוציאלית קלינית, מטפלת בילדים, נעור ומבוגרים

rinatguri@gmail.com / 054-3972187



חודש יולי במתנ"ס עולמות



חגיגת זמר

ישראלי- ים תיכוני

עם **ורדינה כהן**

ביום שלישי 23.7.13 בשעה 20:30

כרטיס: 35 ₪

בואו לשיר בכיף!!!

שימו לב !

- * החל הרישום לכל חוגי מתנ"ס עולמות
- * החל רישום קייטנות מחזור ב' בין התאריכים 28.7-8.8.13
- * החל הרישום לצהרון עולמות כיתות א'-ג'.

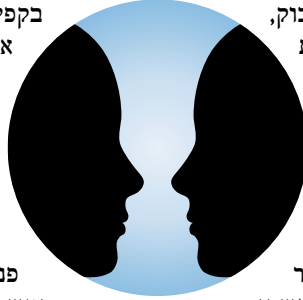
מועדון עולמות פלוס שמח להודיע על פתיחת יום
הרצאות בוקר נוסף - ימי ב' שעה 10:00

מתנ"ס עולמות שמח להודיע על פתיחת שלווחה חדשה
ברח' י"ד הבנים בשנת הפעילות תשע"ד

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



”עלי וגם עלייך רואים את השנים ואת יפה, פנים אל מול פנים.” יהודה פוליקר



בקפידה, ולא לתמונת פנים אמיתית, אותנטית. אין בינינו ולו רגע אחד בו אנו עומדות פנים אל פנים. בפייסבוק אנו מקיימות שיחת כריכות. איננו רואות את תוך הספר, אין עומק ואין מורכבות.

”נְדַבֵּר יְהִי אֶל-מִשָּׁה פְּנִים אֶל-פְּנִים, כְּאִשֶּׁר יְדַבֵּר אִישׁ אֶל-רֵעֵהוּ”. בספר שמות ל”ג י”א למדנו שרַעֲמִים משוחחים פנים אל פנים. הם רואים את הבעות הפנים המשתנות ומקשיבים לטון הדיבור המתלווה. בחיים האמתיים הפנים שלי הם ראי אל הפנים שלי. רק בשיחה פנים אל פנים אפשר להקשיב לי ולהכיר אותי באמת.

? LIKE

לפני כעשור נכנס אל חיינו הפייסבוק, אתר אינטרנט שמהווה רשת חברתית ענקית, ומאז חיינו החברתיים השתנו ללא הכר. רכשנו מאות חברים איתם אנחנו בקשר הדוק ויומיומי. את פניהם אנו רואים מדי שעה, את תמונות ילדיהם אנו בוחנים מדי שבוע, ואל מחשבותיהם אנו חשופים תדיר.

האמנם? כמה מאותן חברות אני פוגשת יותר מפעם בשנה? כמה מאותם חברים לא פגשתי מעולם? עם כמה מהם אני מנהלת שיחה ממושכת ועמוקה על המחשבות שבהן שיתפו אותי? הפייסבוק - כשמו כן הוא - פנים (של) ספר, כריכה. אני רואה את מבטה הקפוא של חברתי, את ההבעה שאותה עטתה ברגע אחד בחייה. אני חשופה לתמונה שנבחרה

אשמח לקבל הארות ותגובות. רבֵּה מיכל שורץ - michalshva@gmail.com



נעמן אופיר



ט' באב - בכיה לדורות

בְּכִיָּה לְדוֹרוֹת = הַחֲלָטָה שְׂגוּיָה

כְּאִשֶּׁר חָזְרוּ הַמְּרַגְלִים מִן הָאָרֶץ גְּרָמוּ לְכֹף שֶׁל הַעֲדָה תְּבַכֶּה. אוֹתוֹ עָרַב הָיָה לִיל תְּשׁוּעָה בָּאֵב. אָמַר לָהֶן הַקָּדוֹשׁ בְּרוּךְ-הוּא לִישְׂרָאֵל: ”אֲתֶם בְּכִיתֶם בְּכִיָּה שֶׁל חֲנָם, וְאֲנִי אֶקְבַּע לָכֶם בְּכִיָּה לְדוֹרוֹת”. וְאָכֵן בֵּית רֵאשׁוֹן, בֵּית שְׁנֵי יְהִיעִיר בֵּית ר' חֲרָבוּ בְתִשְׁעָה בָּאֵב.

בְּאוֹ בְּנִים עַד-מִשְׁבֵּר = אֵין פֶּחַ לְהַתְגַּבֵּר עַל הַצָּרָה. מִשְׁבֵּר = כֶּסֶף הַיּוֹלָדָת. אָזְלוּ כּוֹחוֹתֶיהָ שֶׁל הָאִשָּׁה שֶׁתִּקְפּוּהָ צִירֵי לָדָה, וְאֵינָה מְאֻפְשָׁרָת לְבָנֶיהָ לְשַׁבֵּר אֵת פִּי הַרְחֵם וְלִצְאָת לְאֹוִיר הָעוֹלָם. דּוּגְמָה: כְּאִשֶּׁר הִרְגִישׁוּ הַחֲזִילִים בְּמַעְזֵי הַתְּעַלָּה בְּמַלְחֶמֶת יוֹם הַכַּפּוּרִים, כִּי לֹא יִגִיעוּ לְהַצִּילֵם הַבְּנֵי כִי בְּאוֹ בְּנִים עַד-מִשְׁבֵּר.

בְּדַמְעוֹת שְׁלִישׁ = בְּכִכִּי מַר, בְּדַמְעוֹת וּבְתַחֲנוּנִים רַבִּים. שְׁלִישׁ = מִדַּת הַיָּבֵשׁ, שְׁלִישׁ הָאִיפָה. שְׁלִישׁ = כּוֹס שְׁתֵּיָה. דּוּגְמָה: הַשְּׂבּוּי הַלְּבִנּוֹנִי שֶׁבִקֵּשׁ לֹא לִירוֹת בּוֹ, בְּכָה בְּדַמְעוֹת שְׁלִישׁ.

בְּכִי תְּמַרוּרִים = בְּכִי גְדוֹל, בְּכִי מַר. תְּמַרוּר = צַעַר, יְגוֹן. דּוּגְמָה: בְּנֵי הַמְּשַׁפָּחָה פָּרְצוּ בְּכִכִּי, כְּאִשֶּׁר נִתְּבַשְּׂרוּ עַל נְפִילַת הַבַּת בְּעַת מְלוּי תְּפִקִּדָּה. מַקּוּר: נְהִי בְּכִי תְּמַרוּרִים, רַחֵל מְבַכָּה עַל-בְּנֵיהָ [יְרֵמְיָהוּ לֹא יָד].

בְּשׂוֹרוֹת אִיּוֹב = בְּנֵי לִידְעוֹת רְעוּת וּמַעֲצִיבוֹת. דּוּגְמָה: בְּמַבְצֵעַ ”עוֹפְרַת יְצוּקָה” הַגִּיעָה לְבֵית הַרְבּ מִשְׁלַחַת מִטְעַם קֶצֶץ הָעִיר וּבְשׂוֹרַת אִיּוֹב בְּפִיהָ: ”הִבֵּן נָפַל בְּעַת מְלוּי תְּפִקִּידוֹ”. מַקּוּר: עַל יְסוּד הַמְסַפֵּר בְּסַפֵּר אִיּוֹב אֵלָיו הַגִּיעוּ הַיְדִיעוֹת הַמַּעֲצִיבוֹת בְּזוֹ אַחַר זוֹ [אִיּוֹב א].

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

יום שני, ח' באב 15.7.2013
בשעה 20:15
מרכז הפיס, רחוב מייזנר 11 פתח תקוה



תיקון עולם לא יבוא אלא מאהבת חינם ערב ט' באב תשע"ג

הקהילה המסורתית וקהילת "ברית עולם" פתח תקוה קרית אונ

מזמינות את הקהל הרחב לציין יחד את יום זכרון החורבן
בתפילה, קריאה משותפת של מגילת איכה
ובחינה של רגעי החורבן והבניין בחיינו הלאומיים

את הערב ינחו חברי הקהילות
והרבה מיכל שורץ
פעילות מיוחדת לילדים תתקיים במקביל

בואו בלילה!

התפילה והקריאה יתקיימו
באורה שוויצית ומשפחתית

לפרטים: kehilapt@gmail.com
רקה מיכל 050-3695117
הקהילה המסורתית פתח תקוה - גם בפייסבוק



בגדי וינטג', רטרו ויד שנייה!

אני שמחה להזמין לסטודיו החדש של "הכל מפעם"
בסטודיו תוכלי למצוא שמלות, חולצות, חצאיות, מכנסיים ושלל תיקים ונעליים,
זאת לצד מגוון רחב של אקססוריז, מפות וכלי בית.



אם גם לך נמאס לשלם מאות שקלים ולהיראות בסוף כמו כולן,
את מוזמנת להגיע ל"הכל מפעם", ולרכוש פריטים ייחודיים במוחזר שפוי.



"הכל מפעם" טבנקין 7 פתח-תקווה, זהבה 054-8110779
הגיעה בתיאום טלפוני מראש!
אנחנו גם ב f - "הכל מפעם"



צעצועים זה משחק ילדים

תפסת מרובה, לא תפסת...

"הרגשתי שיש לו המון משחקים, אבל רציתי שלא יחסר לו דבר", כך אמרה לי רעות, אמא של ידידה. לרוב, כשאני נכנסת לבתים שבהם גדלים ילדים קטנים, הדבר הבולט הוא שפע הצעצועים והמשחקים הפזורים על השטיח.

מגוון האפשרויות הוא חשוב, אך השפע עלול לבלבל ולהעמיס.

ניגש להתפתחותיפים:

- תנו לתינוק בכל פעם צעצוע אחד. הסביבה ממילא מלאה בגירויים, וגם מזרן הפעילות עליו שוכב התינוק עשיר בצבעים ומרקמים.

תנו לו לחקור וללמוד צעצוע אחד בכל פעם.

- סדר, סדר תרדוף - סדרו את כל הצעצועים לפי נושאים. קופסת כלי רכב, קופסת בובות וכדומה. בכל פעם שלפו קופסת משחק אחת והחזירו לתוכה את הצעצועים בסיום המשחק. הימנעו מפזזור כמות גדולה של צעצועים בו זמנית, הדבר עלול ליצור קושי במיקוד ובקשב, ויגרום למעבר מהיר מצעצוע לצעצוע ולבלבול.

- התיווך ההורי - נוכחותם של צעצועים לא מחליפה את התיווך ההורי החשוב להתפתחותו השפתית והרגשית של התינוק. צעצוע מתוחכם ככל שיהיה, מדבר ושר, לא יוצר את קשר העין ואת התקשורת הבינאישית הקריטית להתפתחות. שחקו יחד והיו נוכחים.



• התכוננו מהצד - תיווכחו לדעת שלפעוט יש דרך יצירתית ומגוונת לניצול כל צעצוע ופריט. גם אם הנחתם לפניו צעצוע חדש אין צורך "שתראו לו איך משחקים". הוא יגלה, יחקור וילמד בעצמו. זו הדרך הטובה ביותר.

• הצעצועים המעניינים ביותר הם הפשוטים ביותר. מלאו בקבוקון אקטימל במעט אורז וסיגרו היטב מלמעלה, הרי לכם רעשן. מלאו בקבוק שתייה קטן במעט מים ובחרוזים והרי לכם מעודד זחילה מתגלגל. שימרו מפתחות ישנים וצרו צרור מפתחות. הדברים ה"אמתיים" הם הכי מסקרנים.

- וכאשר מגיע הזמן ללכת לישון, אני ממליצה שמיטת התינוק לא תהיה מוצפת בגירויים; בובות, מוביילים וכדומה. צרו סביבה בטיחותית שמעודדת הירגעות ושינה. את המשחקים השאירו לזמן המתאים.

חופשה מהנה!

הטור נולד לאפשר לקראי הציתון להעשיר את הידע, ללמוד דברים חדשים ולהיות מטיילים מקצועיים, אבל אין תחילת ליושר מקצועי, אישי.

אלה זילברמן מוסמכת בהנחיית הורים ובעבודה עם תינוקות, בעלת B.A בפסיכולוגיה, מנחת סדנאות במתנ"ס עולמות ומקיימת מפגשי ייעוץ אישיים.

carmella26@013.net

050-6864772



מעבדה מקצועית לתיקון כל סוגי המחשבים

054-4552351

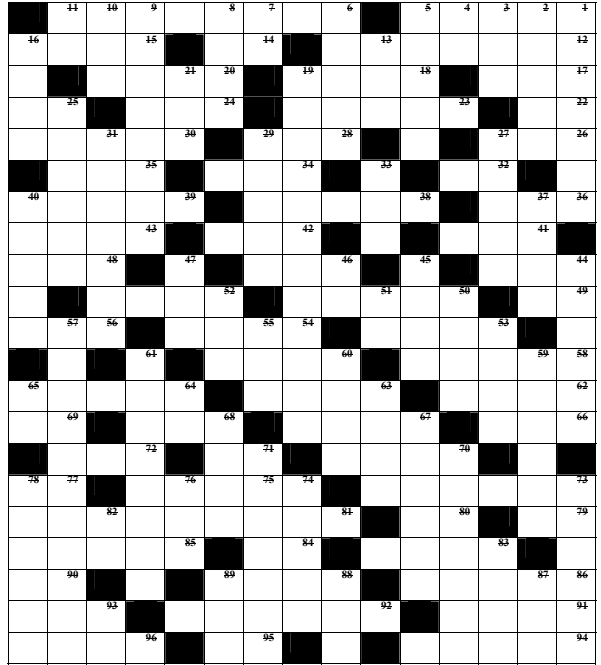
www.nscomp.info • קניון גנים חניון 1-





מאונך:

1. גמרא 6. קיבוץ בגליל העליון 12. כינוי לשבת שלאחר תשעה באב 14. "...נעליך מעל רגליך" 15. הר בארץ מואב 17. אבי השופט שמגר 18. תפקיד בתיאטרון 20. בית אחיזה 22. מילת קריאה 23. עוף דורס 24. צורתו של חצי האי האפניני 25. מילת ברירה 26. מוסד פיננסי 28. חוט מתכת 30. שם צמח ושם ישוב למרגלות הגלבוע 32. אצטבה 34. רע 35. טורף ממשפחת החתוליים 36. חברת תקשורת ישראלית 38. מפקד חיל האוויר בעבר (פרטי) 39. מחלקה בביטוח הלאומי 41. מחוז 42. שר הכלכלה 43. הרמטכ"ל השישה-עשר (שם משפחה) 44. מעון 46. גמד 48. קיבוץ בצפון הנגב 49. מצא מנוחה 50. אביו של התנא ר' שמעון 52. אמפייתאטרון בנימינה 53. סרח עודף בבגד 54. שרפרף 56. הצד הנמוך 58. קיבוץ בגליל המערבי 60. מעון העשוי מיריעות בד 62. קיבוץ ע"ש יצחק טבנקין 63. "וקרץ ו... תצמיח לך האדמה" (בראשית ג יח) 64. נכלאה 66. כלי לסינון קמח 67. אדמה יבשה 68. שמו לב, הבחינו 69. קיר 70. כלימה 71. בן 72. שם המחותרת שיסד אברהם שטרן הנועד בכינוי "יאיר" 73. כלי לעישון 74. מועצה מקומית ברמת הגולן 77. שאינו קהה 79. טורף לילי 80. מזכ"ל האו"ם הראשון 81. מראשי הכמורה 83. חי בארץ עוז 84. קידומת בצרפתית 85. ילדה ג'ינג'ית בסידרת ספרי ילדים 86. תקופה בחיים 88. מצללה 90. מכשיר עינויים 91. הרבה מאוד 92. המנצח, ידו על ה... 93. טהור 94. ספר המכונה תורת כוהנים 95. אדמת הנגב 96. האחרון במלכי ארם-דמשק



מאונך:

1. יום אבל לאומי על חורבן הבית 2. דג קטן ממשפחת הקרפיונים 3. תשורה 4. קידומת הולנדית 5. דמות הניצבת בנינה 6. בת ארץ כוש 7. עני 8. משברים בים 9. צעצועי תעופה ("טיארה") 10. תבונה 11. קריאת התפעלות 13. סלח 16. יישוב על יד מכבים 19. לחמה לשימור הסלנג העברי (ז"ל) 21. שם כללי לתבואת השדה 25. אחת היבשות 27. גולגולת 29. ארגון התנדבותי הפועל למען הקהילה 31. משמשים להגברת קולות 33. שי 37. טפל, לא חשוב 40. מדרמנה 44. יחד עם 73 מאונך ראש הממשלה הנוכחי (2) 45. כלי ירייה פקעת תבלין עם שיניים ובעל ריח חריף 50. שם החתול בספר פינוקיו 51. מתקיים 52. צד הכביש 53. אידיוט 55. רכב על הסוס 57. מגדולי משוררי ישראל ורופא במקצועו 59. שימש לכתיבה ושם של פרח 60. ממכות מצרים 61. זמרת. שרה "דבר אלי בפרחים" (2) 63. "... צמר ופשתים, ותעש בחפץ כפיה." 64. זו 65. בת קול 67. חברי גרעין זה מקימי קיבוץ שדה נחמיה 68. בית דין מוסלמי 70. דרגה גבוהה ממיליונר 71. לא יותר מזה בסלנג ("כ"מ") 73. ראה הגדרה 44 מאונך 74. שמו הפרטי של מפקד מרד גטו ורשה 76. עיר בחופו המזרחי של חצי האי סיני 78. הרואה ואינו נראה בספרי הילדים 82. הביא בבריתו של אברהם אבינו 83. אדם המקיים בקפדנות את מצוות הדת 87. יהודים גאון שואל ושר: "... יש יותר כבוד?" 88. ירק גינה 89. רבי מאיר בעל ... 93. עוף טורף

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

בהגרלה, בין הפותרים נכונה, זכתה בגלאי עשן - אורית גלמן, רח' בן גוריון 41



בין הפותרים נכונה יוגרל פרס
גלאי עשן לבית המופעל ע"י סוללה
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

תמונה להמחשה בלבד



דרושים

בחברת ביטוח הראל מחפשים עובדים למוקד שירות לקוחות. קורות חיים נא לשלוח למייל orianbm@harel-ins.co.il

בייביסיטר

נערה בת 14, אחראית ואוהבת ילדים, בייביסיטרית מנוסה, מעוניינת לשמור על ילדיכם. היילי- 054-2056546

נערה בת 15, רצינית ואחראית, מעוניינת בעבודה לחופשת הקיץ כבייביסיטר ולעזרה. ירון- 054-8111253

נערות שעולות לכיתה י' ברמות 5 יחידות אנגלית ומתמטיקה מעוניינות לעשות בייביסיטר או לתת שיעורים פרטיים לילדים. עדן וסער- 054-2277386

מורים פרטיים

בעל תואר ראשון בכלכלה והשבונאות מעביר שיעורים פרטיים לכל הגילאים וכל הרמות. מגיע לבית התלמיד. רועי- 050-7799037

מורה מנוסה, בעלת שיתות ייחודיות באסטרטגיות למידה במקצועות רבי מלל ובשיפור כושר הלמידה. 052-3860482

שעורים פרטיים בחשבון התלמידי כיתה א'-ו', שעורים באנגלית ובעברית לתלמידי

כיתה א'-ו'. 40 ש"ח לשיעור בלבד. שיר 077-4310045

מהנדס אלקטרוניקה נותן שיעורים פרטיים בכל המקצועות לתלמידים בכיתה א'-ח'. מחיר מבצע ל- 10 שיעורים 052-4008692

מורה לאנגלית בתיכון נותנת שיעורים פרטיים לתלמידי תיכון, חטיבת הביניים ובי"ס יסודי (תוך שימוש באסטרטגיות למידה), אפשר בבית התלמיד. נועה 050-6996602

מורה לתלמידי בי"ס יסודי, בעלת תואר שני, מעוניינת לתת שיעורים פרטים. כמו- כן, מעוניינת לשמור על ילדים בחופש הגדול. 052-8497754

מטפלות

מעוניינת לטפל בתינוק בבית, בכפר גנים, בת 31, אמה לשני ילדים, חמה, מסורה ואחראית. עבדתי כסייעת בגני ילדים. ליאת- 050-4445828

אשה חמה ומנוסה, תושבת כפר גנים, מעוניינת להוציא ילדים מהגן ומבית הספר 4 פעמים בשבוע, החל משנת הלימודים הקרובה. שוש- 052-4467081

מטפלת חמה עם המלצות מעוניינת להוציא ילדים בצעריים מגנים ומבתי-ספר כולל ארוחת צהריים. בעלת

רכב. יש אפשרות לטפל גם בתינוק בשעות הבוקר. מתפנה בסוף יוני. מרים- 050-4050806

מטפלת עם המון שנות ניסיון מתפנה באוגוסט. מעוניינת במשרה מלאה. רחל- 052-3890340

מעוניינת לטפל בילדים בתקופת החופש הגדול ולאחריו, בעלת ניסיון רב והמלצות, ניידת. ליבי- 052-3345854

שונות

בחורה חרוצה ונקה מנקה בתים. שרה- 052-4646062

בן 13, בוגר ואחראי, מעוניין לטייל עם כלבים בשכונה. ירון חנינץ- 052-4288600

נדלן

יועץ בית בכל נושא הקשור בכיחכם - בחירת קבלן לשיפוץ/שדרוג מראה פנים וחזן הבית, כל אביזרי הגמר שנכונים לביתך, קבלת הצעות מחיר והשוואת מחירים / או הפנייה לבעלי המקצועות השונים מתחום הבנייה. רמת שירות ואדיבות ממדרגה ראשונה. הייעוץ הינו בעלות נוחה לכל הדורש. גרבר אדי, תושב השכונה 054-2550614

במיוזר, יחידת דיור 2 חדרים, להשכרה, חדשה לגמרי,

מרווחת, כניסה נפרדת, מטבח מושקע. הדס- 052-8027082

למכירה 5 חדרים בישראל עירוד, דירה מעוצבת ומושקעת. מרפסת קדמית בתהליך הרחבה ל- 20 מ"ר, מרפסת נוספת 27 מ"ר. הכל משודרג! לירז- 054-2100082

דירה חדשה מקבלן, משודרגת פלוס מזגן, כוונני אוויר מצויינים, באזור מצויין, בסביבת בתי-ספר, קניון ומתניסים. לרציניים בלבד. 052-4008692

בדגל ראובן, דירת 4 חדרים, חדישה, ממ"ד, מ"ש ענקית, חניה מקורה. רימקס עוצמה - 050-5628030

ביוסף נקר, דופלקס גן מדהים 6 חדרים, 2 מחסנים, כניסה נפרדת. רימקס עוצמה- 050-5628030

בפנחס חגיץ, 5 חדרים, ק"פ, מעוצבת, מדהימה. רימקס עוצמה- 050-5628030

דירת 4 חדרים, ב ג', בהזדמנות נדירה. רימקס עוצמה - 050-5628030

בבן גוריון, דירת גן 5.5 חדרים במפלס אחד, חצר 220 מ"ר. רימקס עוצמה- 050-5628030

ביוטקסקי, בבניה דירת 4 חדרים, בהזדמנות. רימקס עוצמה- 050-5628030



אלפייר-מרכז הילדות האלוסי

הצטרפו אלינו למפגש היכרות חוויתי באווירה ביתית וחמה עם הורים וילדים

לפרטים והרשמה: **054-9000301** / mayaar@012.net.il / חפשו אותנו ב- 

לחם

למאפים בעצבונת יד

מאפיית בוטיק ובית קפה
 למחי שאר, עוצות, עוצות
 גרנולה, מנצ'וס, קישים מוצרים לא סוכר ועוד ...

אנו אופים במקום בעצבונת יד ובאהבה רבה
 למחין ומאפים איכותיים ומשובחים.
 אפייה בשיטה מסורתית
 של אישה ומנוחה של הבצק מקנה מלא טרי
 בומרים באיכות מעולה ולא פשרות.
 לא מומרים משמרים כיומיקאים ומשפרי אפייה
 בשיטה הנקראת שאר - ממחצת
 בה הממחין ומתמזגים בתהליך טבעי ואיטי.
 גערינג ברטל יתרי
 שבה המומרים והיומיקאים ממחין יתרי יתרי.
 אנו מוציאים מוצר רגב של למחין
 בשילובים וטעמים מרגשים.

כתובתנו: הזיתים 92 קאנטרי גבעת שמואל ע"י HOLMES PLACE
 הסיבים 50 פתח תקווה מול בנין שטראוס / חנייה חנים
 שעות פתיחה: א-ה 7:30 - 21:00 ו' 7:30 - שבתיים לפני כניסת השבת
 פמ www.lehem.co 03-5335503

כשר בהשגחת הרבנות גבעת שמואל

לוקאס - סטייל לייטינג

גלריה לעיצוב גופי תאורה - לראות את האור ולהתאהב



בואו לעצב לעצמכם
את התאורה
שתמיד רציתם בביתכם



www.s-lighting.co.il

ישירות מהיצרן לצרכן

אולם תצוגה: גיסין 65 א.ח. ק. אריה פ"ת א-ה 09:00-19:00 - עד 14:00

נפתח סניף תאורה גדול בפ"ת 03-9223398