

"אושר- הפרויקט של פישר"

בגילוי לב מרגש מספר כוכב "תוסס"
ו"לגעת באושר" על הילדות בפתח תקווה
ועל הצמיחה מתוך המשבר שעבר

שירן רובינשטיין עמ' 16

גם תודה צריך לומר

על משתפי הפעולה בעירייה שמעתם?

צדוק בן משה עמ' 4

שנת 2014 כאן!

בעיתון כפר גנים
מחפשים להתחדש
פרס יוגרל בין נותני
המשוב

פרטים בעמ' 10

אמנון פישר, אמן יוצר,
ברגע של אושר
צילום: soul photography

ליהנות מאיכות חיים של
מחלקה ראשונה

ניהול, אחזקה וניקיון
בניינים משותפים

054-2622216

www.leshem-holdings.co.il





קוראים יקרים,

האם זה רק בחווייה האישית שלי?
אולי זאת אני, אולי זה מקרי ואולי זה הגיל,
אבל לתחושותי שנת 2013 הייתה שנה מאתגרת במיוחד,
שנה שבה נחשפנו להתמודדויות רבות ומגוונות;
חברתיות, מוסריות, פוליטיות ואישיות,
בהן הבחירות לכנסת ומערכת הבחירות הסוערת לרשות המקומית,
וצער הפרידה מאנשים - סמלים, שיצירתם וגדלות רוחם
השפיעו עלינו וליוו אותנו בחיינו.
באוויר מנשבת רוח של שינוי.
מה שהיה הוא לא שיהיה.

כעת סוגרים שנה ופותחים את הדלת לשנת 2014,
לשנה שתביא עמה התמודדויות נוספות והזדמנויות חדשות.
אני מייחלת לשנה של הוקרה על הקיים,
שנה של למידה, צמיחה ועשייה.

בכתבת השער פותח בפנינו האמן אמנון פישר את לבו
ומספר על דרכו החדשה.
השינויים שעבר בחייו ודרך ההתמודדות שלו
משמשים דוגמה לכוח רצון, ליכולת למצוא את הדרך
ולדבוק בה, ולהזדמנות שיש לכל אחד בכל מקום
להתרומם אל עשייה חדשה ואל האושר.

שתהא השנה הלוועזית החדשה מוצלחת וטובה!

קריאה מהנה,
שלכם
אילת שדה

ayelet.sadeh@gmail.com

כתבות

תודה על כל מה שנתתם

צדוק בן משה עמ' 4

"אושר-הפרויקט של פישר"

שירן רובינשטיין עמ' 16

מהחינוך בשכונה- קצרצרים

מורן סגל מתתיהו עמ' 8

שרי איכנבלט עמ' 22

מדורים

ערוצי תקשורת ועד-רשויות עמ' 6

מפי המומחים עמ' 8

בריאות לפני הכל עמ' 10

דבר תורה עמ' 12

קוסמטיקה רפואית עמ' 14

ציקי סטייל עמ' 20

משפחה בהתבגרות עמ' 22

בדרך הרגש עמ' 24

השפית הקטנה עמ' 26

נתפסו בעין המצלמה עמ' 27

רבת פנים עמ' 28

לשון נופל על ניבון עמ' 28

חידודי פנאי עמ' 29

לוח מודעות עמ' 30

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.)
* למערכת העיתון הזכות לקצר ולערוך כתבות על-פי שיקול דעתה.
* זכויות היצירה 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

יועץ לשוני: יפעת פרידמן

צלם: אמיר בן חיים

עיצוב גרפי: נטלי אקופיאן

הדפסה: סולן הדפסות

הפצה: ח.ב.ר הפצות

תורנות לילה ללא תשלום!

בחודשי החורף - דצמבר, ינואר, פברואר
מעמידה כללית לשירות לקוחותיה
תורנות לילה של רופאים
כאשר המרפאות סגורות
השירות ניתן ב:

במרכז בריאות הילד פי"ת רח' רוטשילד 119

בימים:

ימים א'-ה' - 19:00-22:30

מוצ"ש - 19:00-23:00



בברכת בריאות טובה
צוות המרפאה

 כללית ^{מעל} 100 שנה
הכי טובה למשפחה

לפרטים נוספים:
*2700 מכל טלפון
clalit.co.il
חפשו אותנו גם ב-i



תודה על כל מה שנתתם

ועד שכונה טוב צריך להיות בעל עשייה והצלחות, ולא פחות חשוב מכך- לזכות בשיתוף פעולה מהתושבים ומעובדי העירייה. התברכנו!



חברי ועד השכונה בישיבה ב"קפית"

עובדים יקרים, אני פונה אליכם, כפי שאני פונה לעיתים קרובות אל תושבי השכונות- כל הצעה או רעיון ליעול ולשיפור יתקבלו בברכה, אנא אל תהססו לשתף אותי, אני כאן לשירותכם.

דכונים:

- **אשר תקציב להתקנת במפרים ברוחב ויצמן בסמוך לבית הכנסת ולמבנה תנועת הנוער, וכן ברחובות מסקין ויד הבנים בסמוך לגני הילדים.** תודה לצביקה שטרן שפועל ללא לאות מול אגף התנועה לשיפור הבטיחות בכל השכונה.
- **נחתם חוזה עם רשות הדואר,** סניף חדש יפתח בקניון גנים, ואנו פועלים להשאתר הסניף הישן בלוחמי הגטו. תודה לדורון קורן על נחרצותו ולפסח שחר על הרעיון להופיע בוועדת הכלכלה בכנסת בנושא זה.
- **מגשרים -** פתיחתו של מרכז הגישור העירוני, שהיה אמור להיפתח בחודש ינואר ב"חממה" בכפר גנים ג', תדחה למועד אחר. במרכז יוכלו התושבים לקבל שירותי גישור במגוון תחומים.

שנתברך בהמשך שיתוף פעולה ובעשייה ברוכה בשכונה ובעיר כולה.

ועד חזק וטוב נוצר מתוך עשייה למען התושבים, בשל הצלחותיו ובעקבות קידום השכונה, אולם קיימים שני פרמטרים חשובים נוספים והם התושבים ועובדי העירייה.

על תושבי השכונה אין בכלל מה לדבר; התושבים מפרגנים לוועד, מעריכים ומוקירים את השירות המצוין שלו הם זוכים. טוב נו, יש תושבת אחת שצועקת כבר כמה חודשים בפורום: "תודה שאתם לא עושים, לא מקצועיים, לא מבינים" ועוד כהנה וכהנה, אבל כשמורידים את הבולשיט: לא עושים? לא מקצועיים? לא מבינים? נשאתר רק המילה 'תודה', ועל כך אנו מודים גם לה:

זה המקום להודות לעובדי העירייה על החלק הגדול שיש להם בהצלחת הוועד!

רבים מעובדי העירייה שתפו אתנו פעולה, עבדו מולנו, ייעצו וסייעו לנו בכל נושא ובכל דרך אפשרית. למרות לחצים רבים והמון בעיות הם נתנו לנו מזמנם (גם שלא בשעות העבודה) ומניסיונם, והשיאו לנו עצות מועילות לאורך הדרך, ועל כך אנו מוקירים להם תודות.

• עובדת בכירה בעירייה ענתה לפנייתי אליה, כשהיא נמצאה באירוע, וכשמענה ממני שקיימת בעיה דחופה לטיפול, התפתה, קיבלה ממני בשמחה את פרטי הבעיה, ולמחרת בבוקר הנושא טופל.

• מנהל מחלקה, שקשוב תמיד לכל התושבים, עונה בנימוס ובכבוד רב לכל אחד, ומטפל בכל בעיה תוך שהוא מקיים סיוורים ופגישות עם הוועד כדי למקד את הפעילות. בזכותו למדנו המון, יישמנו לקחים ושמרנו על איכות חיי התושבים ככל שהתאפשר לנו.

• מנהלים ועובדים נוספים שמחו בהצלחתנו ונרתמו לסייע, להציע, לפרגן ולתת כתף תומכת לכל נושא ועניין. הם עשו עבורנו ועבורכם, התושבים, שירות שאין כדוגמתו, וגם נתנו דוגמה לשאר חבריהם לעבודה. רובם יודעים בדיוק למי אני מתכוון, כל אחד בתחומו הוא.

אנו מודים, כמובן, גם לכל העובדים שלא הכרנו אישית, ושעושים עבודת קודש במתן שירות לתושב. אתם תהיו החלק הארי בניסיוננו לקדם ולשפר את תדמית העיר ואת איכות החיים של תושביה.

בקשה נוספת לי אליכם, עובדים יקרים- תושבים בשכונות נוספות ברחבי העיר החלו להקים ועדים, מתוך רצון לשפר ולקדם את ענייני שכונתם. אנא מכם, סייעו להם ותנו להם כתף תומכת, כמו שאתם יודעים לעשות. כולנו שותפים לדרך, והקשר בין עובדי העירייה ומנהליה לבין חברי ועדי-השכונות ישפיע השפעה ישירה על התושבים ועל העיר פתח-תקווה.

תיווך המושבה
היחידים

שיודעים להעריך
כמה באמת הנכס
שלכם שווה!

תיווך המושבה

הקונים כבר כאן!

תיווך המושבה
מזבילים

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

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



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



הדואר בא לקניון

סוף-סוף החלה בניית סניף דואר בקניון גנים



שפשופו עיניים - הקמת סניף דואר בקניון גנים! צילום: דורון קורן

אני שמח לבשר לתושבים סוף-סוף החלו בהקמת סניף הדואר המיוחל בקניון גנים. הסניף, שאמור להיפתח במרץ 2014, ינוהל, על פי ההבטחות, על-ידי רשות הדואר ולא על-ידי זכיון, ויכלול שלושה דלפקי שירות. שכונת כפר גנים ג' הולכת ומתאכלסת בקצב מהיר, וסניף הדואר בלוחמי הגטו קורס תחת העומס ונותן שירות גרוע. במהלך שנתיים, שבהן פעלתי בנושא כנציג ועד השכונה, כל פניותינו לרשות הדואר נענו בתשובות לקוניות ותלושות מהמציאות.

לאחרונה קיבלתי מכתב מסמנכ"ל בכיר דואר במשרד התקשורת, מר יגאל לוי, ובו הוא מעדכן כי אין כל כוונה לסגור אף סניף בפתח תקווה. נוכחנו לדעת שרשות הדואר לא תמיד נשלטת על-ידי הרגולטור - משרד התקשורת, ולאחרונה אנו קוראים על מצבה הפיננסי העגום של הרשות, ולכן לא נשקוט עד שנראה שהסניף יפתח כמובטח, במקביל להמשך פעילות סניף לוחמי הגטו. נמשיך לעקוב ולעדכן.

במקביל, פעל מול הרשות הדואר ומול משרד התקשורת, פסח שחר, תושב כפר גנים ב'. איחדנו כוחות והשתפנו בדיון בוועדה הכלכלה בכנסת שהתקיים ב-20.5.13. בוועדה הבטיח יו"ר רשות הדואר להקים סניף חדש, גדול, שיכלול מספר רב יותר של דלפקים, יאחד גם את סניף לוחמי הגטו ויפתח תוך ארבעה חודשים. הצהרנו מיד, שאיחוד הסניפים אינו מקובל עלינו והתחלנו במאבק למניעת סגירת סניף לוחמי הגטו; פנינו למנכ"ל משרד התקשורת ולמבקר המדינה, כדי שייאלצו את רשות הדואר לפתוח סניף נוסף מבלי לסגור את הקיים.



הצטרף ליחידת "סער"

עיריית פתח תקווה ופיקוד העורף קוראים לך להתנדב ליחידות חילוץ והצלה של עיריית פתח תקווה שתפקידן, בעת חירום, לבצע משימות של חילוץ והצלה בקרב תושבי השכונה בה אתם מתגוררים

אנו קוראים לכם להצטרף לקורס חילוץ והצלה שיערך בתאריכים 13-14 בינואר 2014

לפרטים ולרישום לפנות לאדי גרבר: 054-2550614, eddie.garber@tuic.co.il
או לסן אילן קרני, מנהל החירום העירוני: 03-9052443, ilank@ptikva.org.il



פתח תקווה

קצב של עיר לב של מושבה

www.petah-tikva.muni.il





עוצמה RE/MAX®

www.remaxpt.co.il



משרד התיווך הגדול בכפר גנים

למכירה בבלעדיות בכפר גנים



ד.ג 5.5 חדרים בבן טריון
140 בניי, 210 נינה עם ריאוף ודק



נמכר

4 חדרים בלוחמי הגטו (מנרב)
קומה 6 בניין חדש, מ.שמש



4.5 חד ביהלום
עורפית, מ.שמש, מסיד



פנטהאוס 6 חד' בהיבנר
150 מ"ר בניי, מחסן, 2 חניות



2.5 חד' בטוחפלוור
קומת קרקע, עורפית, משופצת



5 חדרים באויערבך
קומה 5, 130 מ"ר, מרפסת ענקית



ד.ג 6 חדרים ביוסף נקר
167 מ"ר בניי, 120 מ"ר נינה



דופלקס-פנטהאוס 5.5 חד' בכץ
חדש, קומה 4-5, מרפסת 70 מ"ר



5 חדרים בעצמאות
קומה 3, מרפסת, מחסן, 2 חנות



נמכר

3 חדרים בטוחפלוור
ק"א, מרווחת, מעלית, חניה



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



3.5 חדרים בהיבנר
ק"א, עורפית, מעלית, חניה



6 חדרים ביטקובסקי
פריקט מנרב בפרדס, 160 מ"ר



4 חדרים ביטקובסקי
100 מ"ר, מעלית חניה, מ.שמש



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



דופלקס מדהים בישראל עידוד
5.5 חד', 2 מרפסות, 2 חניות



5 חדרים בנימין
מושקעת, מעוצבת, מ.שמש, מסיד



נמכר

3 חדרים בבשאים,
קומה א', עורפית, משופצת



4 חדרים בעצמאות
קומה ד', 103 מ"ר



250 מ"ר, מנרב לבניה רוויה
בכפר גנים ד'

אתר משרדי ממוקד לאזור כפר גנים ופ"ת ✓

למעלה מ-300 עסקאות בשנה ✓

שיתוף פעולה בין 40 סוכנים העובדים במשרד ✓

חשיפה למאגר של אלפי משפרי דור (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 שלישי בארץ במכחות רבעון ראשון עד שלישי ✓

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

סניף מרכזי - השחם 18, ק.מטלון. טל: 077-4207300

הפעם:

מכלכלים זוגיות

מה הקשר בין ניהול כלכלת המשפחה

וזוגיות טובה • שי ברי



*תמונת אילוסטרציה

3. להחליט ביחד על הוצאות משמעותיות.

אני ממליץ, תמיד, לבצע את ההחלטות על ההוצאות המשפחתיות ביחד. אין דבר מתסכל יותר, כאשר צד אחד מגלה פתאום, שהצד השני ביצע רכישה של 5,000 ש"ח, גם אם לכאורה מוצדקת, בלי לדבר על זה קודם, ובלי שתהיה לבן הזוג היכולת להשפיע. לא מדובר כאן על צורך בדיון משפחתי על כל קופסת פלסטרים שצריך לקנות, אבל מומלץ לקבוע רף מסוים שמעבר אליו מתייעצים עם בן/בת הזוג - למשל 200 ש"ח, 500 ש"ח וכדומה - כל משפחה על פי התקציב שלה.

אז איך ניתן להתמודד עם האתגרים האלה?

אחת הדרכים הפשוטות היא לקבוע "אמנה ביתית", שבה מפורטות "הזכויות והחובות" של כל אחד מהצדדים בהתנהלות הכלכלית השוטפת. האמנה יכולה להתייחס לכל מיני אספקטים של הניהול הכלכלי, כאשר נושא ניהול ההוצאות והמעקב אחריהן יהיה אלמנט חשוב ועיקרי בה.

שי ברי, תושב כפר גנים ג' - יועץ ומאמן לכלכלת המשפחה.
shay@wealthy-family.co.il / 054-4223425

אמון בין אישי הוא הבסיס לכל מערכת יחסים זוגית. ללא בסיס אמון יציב וחזק, רוב המערכות הזוגיות לא יחזיקו הרבה זמן מעמד.

בחרתי להתמקד בחלק הכלכלי במערכת האמון בין בני הזוג, במיוחד בשלוש נקודות שקשורות לתקשורת זוגית, שבעיניי חיוניות לניהול משק בית כלכלי משותף, כך שיצליח לשגשג לאורך זמן. כל זאת ללא קשר לעניינים טכניים כמו- התנהלות בחשבון בנק משותף או נפרד, מספר כרטיסי האשראי במשפחה, ומידת תרומתו של כל צד להכנסה הכוללת.

1. אין לשקר לבן/בת הזוג ואין להסתיר מידע כלכלי:

לא להסתיר רכישות (אלא אם הן חלק מהפתעה לבן/בת הזוג), לא להסתיר הלוואות שלקחת או נתת, לא לפתוח חשבונות בנק או כרטיסי אשראי חשאיים ולא להסתיר קנייה שנעשתה או לשקר לגבי מחירה. מחקר, שנעשה בארצות-הברית, מצביע על-כך שכמחצית מהאמריקאים משקרים לבן/בת הזוג שלהם בנושאים כספיים. בהנחה שבן/בת הזוג שלך הוא טיפוס הגיוני, אין כל סיבה להסתיר ממנו את הפעולה הכלכלית. אם אתם עושים זאת, כנראה שמשוהו לא בסדר במערכת היחסים שלכם.

2. חשוב להיות מתואמים ולהסכים על האסטרטגיה הכלכלית של המשפחה.

תאום ציפיות ובניית תכנית כלכלית משותפת, גם אם צד אחד דומיננטי יותר בניהול הכלכלי היום יומי, תמנע מריבות רבות לאורך הדרך. אם אתם לא מסכימים על תקציב ההוצאות שלכם, על דרך החיסכון לפנסיה או על יעדי החיסכון, הסיכוי להצלחה כיחידה כלכלית ולצמוח לחופש פיננסי קטן בצורה משמעותית.

מיחזור - זה משחק ילדים

במתחם הגנים ברחוב יד הבנים מפרידים פסולת למיחזור, בתקווה שחינוך הילדים לנושא יעודד גם את שאר תושבי השכונה לשמירה על איכות הסביבה

מורן סגל מתתיהו, מנהלת גן חופית



הילדים מפרידים פסולת, כחלק משגרת היום בגן, והופכים את המיחזור להרגל מהנה, ממש משחק ילדים.

במתחם הגנים, ברחוב יד הבנים 64, החלטנו לקחת את נושא הפרדת הפסולת הביתית צעד אחד קדימה, ולעודד את תושבי השכונה למיחזור על-ידי חינוך הילדים לכך.

במתחם הגנים הוקם מרכז מיחזור שכולל פח כתום לאריוזות, פח סגול לפסולת מזכוכית, פח כחול לניירות וקרטונים ומיחזורית לבקבוקי פלסטיק.

נדל"ן פתח תקווה

מקסימום הבית!



אילנית בניטה / 054-8192007
מומחית לכפר גנים ג'

למכירה בבלעדיות בכפר גנים ג'



במרק לברי דירת 4 חד' ק"5
מושקעת, מחסן וחניה



בישראל עידוד פנטהאוז מפלס אחד
5.5 חדרים, 160 מ"ר מרפסת!!



בדוד אבידן דירת 4 חד' ק"2
מושקעת, מרווחת, טף פתוח!



במסקין פנטהאוז ענק 222 מ"ר בנוי
3 מרפסות שמש סוכה, מושקע



בעצמאות עורף דירת גן 4 חדרים
גינה 160 מ"ר!! מחסן, שקטה



בפנחס חנין דירת 5 חד' ק"2
מרווחת! שקטה, בלב השכונה

נמכרו לאחרונה בבלעדיות



נמכר

סלנט 3 חד' ק"3



נמכר

יטקובסקי פרויקט מנרב 5 חד' ק"3



נמכר

יטקובסקי 4 חד' ק"2



נמכר

גד מכנס 4 חדרים ק"3



נמכר

סוקולוב 4 חדרים ק"4

רח' אבא אחימאיר 22, כפר גנים, 03-5244032



המחברת אלכסנדרה ציזי



הטיפול יעיל במיוחד במצבים כגון:

- * הרמת גבות ועפעפיים נפולים
- * צניחת לחיים
- * הרמת סנטר כפול
- * העלמה ושטוש קמטי הבעה
- * קמטים וקמטוטים סביב העיניים והשפתיים
- * שקיות שחורות תחת העיניים
- * פיגמנטציה וכתמי גיל
- * כליווי בתהליך הרזייה, במיצוק העור ומתיחתו
- * חידוש, הצערה ורענון עור הפנים
- * אקנה, פסוריאזיס, סבוראה ולופוס (זאבת)
- * הענקת גוון עור אחיד ובריא

החדרת המחטים גורמת לשבירת רקמת השומן ולעידוד חידוש סיבי הקולגן והאלסטין שמדלדלים סביב שנות ה-30 לחיינו. זהו הזמן האידיאלי לתחילת הטיפול, שמתבסס על יכולת הגוף להתחדש ללא התערבות כירורגית וללא החדרת חומרים כימיים רעילים לגופנו. הטיפול בדיקור אינו כואב. לעתים, ניתן לחוש עקצוץ בעת החדרת המחטים ויש המגדירים תחושה זו כנעימה. תופעת לוואי נדירה לטיפול יכולה להתבטא בשטף דם פנימי באזור הדיקור שחולף לאחר מספר ימים.

סדרת טיפולים בדיקור קוסמטי נמשך כ-15 טיפולים בתדירות יורדת החל מפעמיים בשבוע ועד טיפול חודשי משמר. אפקטיביות הטיפול נמשכת עד 5 שנים ולאחריהן רצוי להתחיל סדרת טיפולים חדשה.

התוצאה המתקבלת לאחר סדרת טיפולים אינה עיצוב הפנים כבניתוח או מראה קפוא כבהזרקת בוטוקס, אלא מראה טבעי, רענן ומוצק של עור הפנים, שרואה צעיר יותר מגילנו הכרונולוגי ב-5 - 15 שנים.

אלון לרנר מומחה לטיפול ברפואה סינית, נסיון של 16 שנה
www.alon.l-a.co.il / 0522-904008

סוד הניעורים הנצחיים

הקוסמטיקה הסינית עתיקת יומין. אך בעוד שבעבר זכתה ליהנות ממנה רק שכבת האריסטוקרטיה הסינית, היום סודותיה נגישים לכלל האוכלוסייה

משחרר ההיסטוריה תר האדם אחר "מעייני הניעורים" האגדי, שכל השוטה ממנו זוכה לחידוש הניעורים ולחיי נצח. מעטים מאתנו יודעים כי "מעייני הניעורים" נמצא כבר לפני שנים רבות מעבר לחומה הסינית. עדויות למאי-רונג (קוסמטיקה סינית), נמצאו בכתבי שושלת סונג אשר שלטה בסין בין השנים 960 - 1270 לספירה. בקוסמטיקה סינית טופלו בני האריסטוקרטיה הסינית ובמיוחד נשות הקיסר ופילגשויו. הטיפול כלל עיסוי פנים מיוחד ולחיצות על נקודות דיקור בפנים, דיקור נקודות אקופונקטורה בפנים ובגוף, שימוש במשחות טבעיות ובצמחי מרפא, הקפדה על אורח חיים בריא, חשיפה מועטה לשמש, פעילות גופנית נאותה, מדיטציה ותזונה נכונה.

בשנים האחרונות חלה התפתחות בתורת הקוסמטיקה וגברה הדרישה לטיפולים קוסמטיים טבעיים, שמרניים, ללא תופעות לוואי, שאינם מצריכים תקופות החלמה, וכן גברה ההתמקדות בטיפולי אנטי-אייגיינג. העולם נחשף לטיפול בדיקור קוסמטי שהחל, ככל שטרנד, בקרב סלבריטאי הוליווד והתפשט משם לכלל האוכלוסייה.

בפנינו עשרות רבות של שרירים המייחדים אותנו בני האדם מרוב בעלי החיים ומעניקים לנו את היכולת להביע את עצמנו גם בתקשורת א-מילולית ולייצר מימיקה ייחודית לכל אחד מאתנו. הבעות אלו חוצות בפנינו, ברבות השנים, קמטים וקמטוטים. בנוסף, כוח הגרביטציה, ההשמנה והעלייה בגיל גורמים לירידה בגמישות העור בשל ירידה בסיבי הקולגן והאלסטין.

על פי "הרפואה הסינית המסורתית" מפת הפנים מייצגת את אברי הגוף הפנימיים, ומצב העור באזורים שונים בפנים מעיד על מצב בריאותנו הכללי. חוסר איזון באיבר מסוים מתבטא בפנים. הטיפול בו יתבצע על גבי תעלות האנרגיה שעל פני הגוף בנקודות הדיקור הקלאסיות.

מפת הפנים מכוננת את המטפל לבחירת נקודות הדיקור והחזרתם לאיזון.

קוראים יקרים,

עיתון כפר גנים הוא שלכם!

כדי שתפיקו ממנו את מרב ההנאה, נשמח אם תשתפו אותנו ותתנו לנו משוב. אנא, כתבו לנו מהם המדורים והכתבות הנקראים על ידכם, באילו מדורים נוספים תוכלו למצוא עניין, ועל אילו נושאים נוספים הייתם מעוניינים לקרוא.

נקבל את תגובותיכם בתודה, במייל ayelet.sadeh@gmail.com

אילת שדה, עורכת.



חודש של צבעים

ינואר בקניון גנים

ימי די סנאט



17:00 / 1.1
כפין חרודי מעיכה
מגוהצים וצבעוניים

17:00 / 8.1
כפין תמונות בצבעי זכוכית
בשכל צבעים

17:00 / 15.1
כפין שתיל בובה לטי"ו בשבט

17:00 / 22.1
נעצב יחד מטריה בצבעי הקשת

17:00 / 29.1
כפין יחד כובע צמר צבעוני ומחמם

ימי בי מופעים

17:30 / 6.1
הפיל הצבעוני

הצבת ילדים צבעוניים ואינטראקטיביים. פיליני רוצה להיות אחר, הוא לא שמת בחלקו. הוא יוצא למסע בו הוא מבין שהכי טוב להיות אחר.



17:30 / 13.1
בעקבות הצבעים

"זיאן קלוד בטריה" מתעורר יום אחד ומגלה שהצבעים נעלמו, הוא מחליט לצאת למסע בעקבות הצבעים. במהלך ההצגה המדמים הילדים איך נוצרים צבעים.



17:30 / 20.1
חמסת הצבעים

טובי יוצא לשדה לקטוף פירות וירקות, בדרך הוא לומד להכיר את חמשת הצבעים שחשובים ביותר לתזונת האדם וכמה חשוב לאכול מידי יום את כולם.



17:30 / 27.1
הצבעים שחזרו הביתה

עלילה מלאת צבע ודמיון על צייר שמזיח את הצבעים שלו. כשהם מחליטים לברוח ולחפש צייר אחר, הוא משיבה את התנהגותו ומגלה עד כמה חשוב לעזור לחברים שעוזרים לך.



שבס תעקוקת ימים

הפעילות ללא תשלום
דף הרשמה לפעילות יופיע
מושעה 10.00 בכניסה למסודיו

בכל יום בי
בשעה 11.00

מדרכת מעגלי התנוקות,
אירים זינגר, מביעה לקניון גנים
בואו לחוויה מרגשת של מפגש
אמהות ותנוקות

הפעילות תתקיים במסודיו REVITAL



חוגים לילדים

קניון גנים
ונהגים

בואו להיות גברים שלנו בפייסבוק!
קניון גנים פה בקוזה
www.facebook.com/ganimmall

חניה חינם!
בחינון הקניון
רחוב העצמאות 65, כפר גנים ג', פתח תקווה
טל' 03-9224699 www.ganim-mall.co.il
הקניון שומר לעצמו את הזכות לבצע שינויים בתוכנית.
התמונות להמחשה בלבד. ט.ל.ה.



מלאכים

המלאכים נקראים גם בשם כרובים, שרעפים, ובלשון האגדה הם נקראים פמליה של מעלה, ואילו ישראל נקראים פמליה של מטה



ציור תנ"ך/הכרובים בפתח גן עדן
ציירה: אהובה קליין © (שמן על בד)

לעומתו, האדם מסוגל למלא שליחויות רבות, וניתנת לו אפשרות, על ידי מעשיו הטובים, לעלות ולהתעלות. לעת ערב, בזמן "קריאת שמע", טרם האדם ישקע בשינה, יבקש שילוו אותו המלאכים גם בשנתו, כלשון התפילה: "בשם ה' אלוקי ישראל, מימיני מיכאל ומשמאלי גבריאל, ומלפני אוריאל ומאחורי רפאל, ועל ראשי שכנת אל".

יעקב אבינו ראה בחלמו מלאכים עולים ויורדים, כפי שנאמר: "וזהנה מלאכי אלוקים עולים ויורדים בו" (בראשית כ"ה, י"ב).

מזווה הדבר- תחילה המלאכים עולים? הרי היה מתבקש שתחילה הם ירדו מהשמים. אלא, אומר רש"י: אותם מלאכים שעולים הם מלאכי ארץ ישראל שנפרדים מיעקב ועולים לרקייע, ומיד יורדים מלאכי חוצה-לארץ, אשר ילוו אותו בדרך לחרון.

יהי רצון ונהיה כולנו ראויים לליווי מלאכים טובים בכל דרכינו, כנאמר: "כי מלאכיו יצווה לך-לשמרך בכל דרכיך" (תהלים).

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

ראיית מלאכים היא דבר מעניין ומסקרן, שמצריכה תפיסה על-חושית, כי גוף המלאך אינו עשוי מיסודות בסיסיים של ישויות פיזיות.

את המלאכים אנו פוגשים לאורך התנ"ך פעמים רבות:

כבר בחומש בראשית, טרם נוצר האדם, ניתן לקרוא על המלאכים ברמז, כמו שנאמר: "ויאמר אלוקים נעשה אדם בצלמנו כדמותנו וירדו בדגת הים..." (בראשית א, כ"ו). הקורא את הפסוק בתשומת-לב רבה, שם לב ללשון רבים. על כך עונה רש"י: "לא דיבר הקב"ה בלשון יחיד, אלא לשון רבים, לפי שהוא התייעץ עם המלאכים בנושא בריאת האדם, לא מפני שהיה זקוק לעצתם, אלא משום ענוותנותו חילק להם כבוד, כמי שנוטל מהם רשות ליצור את האדם. ומדוע הוא נמלך בדעתם דווקא בנושא בריאת האדם? לפי שאת האדם ברא ברמות מלאכים, קיים היה חשש שהמלאכים יקנאו, לכן התייעץ איתם.

ישנו מקרה נוסף בתנ"ך שבו הקב"ה נמלך עם מלאכים, כאשר דן ושפט את המלכים. מפני חשיבותם הוא מתייעץ עם פמלייתו, טרם יגזור את דינם. מיכה אמר למלך אחאב: "ראיתי את ה' יושב על כיסאו וכל צבא השמים עומד מימינו ומשמאלו" (מלכים-א, כ"ב, י"ט). הכוונה היא, כי היו שתי קבוצות מלאכים, כאלה העומדים לימין ה' - מליצי טובה ומצדדים לכף זכות, וכאלה אשר מקטרגים- המצדדים לכף חובה.

לכל מלאך ישנה שליחות מסוימת:

המלאך רפאל- תפקידו לרפא את החולה.

כאשר באו אל אברהם שלושה מלאכים- הראשון בא לרפאו, לפי שהיה ביום השלישי למיתו וחלוש, השני בא לבשר את הולדת יצחק והשלישי בא להפוך את סדום ועמורה. תפקיד מלאכי השרת לשייר - בערב שבת אנו שרים לכבודם זמירות. וישנם גם מלאכי חבלה שאינם מבחינים בין הרעים לטובים בבני אדם.

לאור כל זאת, נסיק כי כל מלאך בא למלא שליחות אחת בלבד.

אמא של "אליפים"

אילת שדה

אסתר שטרייט וורצל, סופרת הילדים והנוער שהלכה לעולמה בגיל 81, השאירה את חותמה בלבבות רבים. בין ספריה הידועים של שטרייט-וורצל- "אורי" ו"אליפים" שהפכו לקלאסיקה ואף הומחזו. הייתה לנו הזכות לראיין את שטרייט וורצל, סופרת מוערכת ואהובה, תושבת כפר גנים ג', לעיתון כפר גנים. בכתבה המרגשת והמעניינת סיפרה על אהבתה לכתובה ועל החיבור המיוחד לבני הנוער. לשאלה- "איך נולד הרעיון לספר "מאורי ועד אדי", שהוא בעצם אוטוביוגרפיה שלך ושל "צירותיך?"



ענתה- "התעורר בי הרצון לכתוב מה התרחש מאחורי הקלעים. חשבת, שאם לאחר מותי ירצו לחקור את ספריי, כדאי שיהיה חומר מוכן..."

חברי מערכת עיתון כפר גנים מוקירים את הזכות לראיין את אחת הסופרות הגדולות ביותר בארץ ומשתתפים בצער המשפחה.



האתר שלנו בסמרטפון שלך

דורונדל"ן

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

פתוח!!!



**המקצועיות, השרות והיחס החם שאנחנו נותנים
מעתה במשרד חדש ומעוצב בקניון גנים
הכניסה בעורף של הקניון ברח' פנחס חגין ליד גרם המדרגות**

לרגל פתיחת המשרד החדש יינתנו הנחות ופינוקים
למוכרים שימסרו לנו את הטיפול במכירת הנכסים!



אורית
052-2898878

**אנחנו כאן בשבילך
לפגישת ייעוץ
ללא התחייבות מצדך**

דורון ואורית מוותיקי 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



נעמי עזר

צוואר ברבור

שומרים על עורם העדין של הצוואר והמחשוף



*תמונת אילוסטרציה

עור הצוואר עדין, דק ורגיש, ולכן מזדקן כבר בגיל צעיר עקב רפיון בשרירים וברקמת העור, עקב ירידה בטונוס הסיבים האלסטיים, בשל קמטי מימיקה ושינה, וכן בשל נזקי השמש. הטיפול בעור הצוואר והמחשוף מאתגר, שכן עליו להיות טיפול עדין ומדויק, ובו בעת לשלב חומרים עוצמתיים, אקטיביים ומרגיעים.

הטיפול הייחודי לאזור זה מתבצע על-ידי הקוסמטיקאית בסדרה בת ששה טיפולים, שבהם היא משלבת-

1. פילינג חומצות עדין ופילינג מכני חדשני- הפילינג מורכב מפורמולה עוצמתית להסרת תאי עור מתים מהשכבות העליונות של העור. תהליך זה מעורר התחדשות תאית ומעלה את רמת הלחות בעור. התכשיר משפר את תפקוד העור, מזרז את קצב ייצור תאי העור החדשים והצעירים מעומק העור, וכך מחזק ותורם למראה מוצק ומתוח יותר. השילוב הייחודי בין חומצה גליקולית ותה ירוק מביטח פילינג עדין, אפקטיבי וללא גירוי, בהתאמה מלאה לאזור הצוואר והמחשוף.
 2. שילוב של חומרים ממצקים ומעשירי לחות- שימוש בקומפלקס פעיל, שנועד להציף את עור הצוואר והמחשוף בריכוזים גבוהים של אלמנטים שומרי לחות (היגרוסקופים), ובחומרים שמכילים פפטידיים ייחודיים להבהרת העור, למיצוק ולהידוק.
- ובטיפול הביתי המשלים-**
1. פורמולה ייעודית שבה רכיבים פעילים-
 - פפטיד ייחודי שעיקר פעילותו בשליטה בעוצמת התכווציות השרירים, דבר שמשפיע ישירות על הפחתת עומק הקמטים ומסייע במניעת קמטוטים עתידיים.

- תשלובת פפטידים ממקור צמחי, משולבת בחומצות אמינו, שהנה בעלת אפקט ארוך טווח של עידוד יצירת סיבים אלסטיים בעומק העור, למראה עור מוצק יותר.
 - תמצית תה לבן עשירה בנוגדי חימצון שמשמרים ומגינים על הקולאגן ועל הסיבים האלסטיים מפני חימצון ורדיקלים חופשיים.
2. קרם עשיר מאוד שנספג בקלות- הקרם מכיל תשלובת פפטידים ייחודית ותשלובת הבהרה עוצמתית, שמשפרים באופן דרמטי את מראה העור.
- קיימת חשיבות להמשך טיפול יום-יומי בבית לשיפור מראה העור ולמניעת הידרדרות במצבו. חוסר טיפול באזור הצוואר והמחשוף יגרום ליובש, להעמקת קמטי האזור ולהעצמת הפיגמנטציה.
- טיפול נכון בסימני הזדקנות העור בצוואר ובמחשוף, כזה שמשלב טיפול מקצועי אצל קוסמטיקאית רפואית בד בבד עם טיפול ביתי משלים, יאט את קצב הזדקנות העור, ישפר באופן דרמטי את מוצקותו, את גמישותו, את רמת לחותו ואת בהירות העור, הן בטווח הקצר והן לטווח הארוך.

נעמי עזר, קוסמטיקה רפואית מתקדמת, טל: 052-3929793, www.neomiezor.co.il

השילוב המנצח של הבית וקריירה

סדר, ארגון, חינוך והקניית הרגלים לשליטה ואיזון בתוך הבית מקנה לך: שלווה נפש ופנאי להצלחה עסקית *דיסקרטיות מובטחת

052-7116818

ת"ס



אושרה
סוכנת לנשות עסקים

המלצות!
חמות!

נעמי עזר NE

קוסמטיקה רפואית מתקדמת



אנא פסיכסט מבצע חגיגי וזהר!

בכל רכישת בוטוקס לשלושה אזורים
קבלי 2 טאצ'אפ בוטוקס **וגם**
מזותרפיה פנים צוואר מתנה!
כדי לתמיילי לך יסב.

תקף עד-14.01.15

הטיפולים מבוצעים באופן אישי על ידי נעמי עזר, קוסמטיקאית פרא - רפואית עם 30 שנות ניסיון. בעלת תואר P.M.E ומוסמכת סידסקו - CIDESCO - התואר הבינלאומי הגבוה ביותר בתחום הקוסמטיקה ומוכר בכל העולם.



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.neomiezzer.co.il

חפשו אותנו בפייסבוק

”אושר- הפרויקט של פישר”

אמנון פישר, אמן רב-גוני מוערך, שעובד בימים אלה על פרויקט חדש- ספר שירים דיגיטלי ודיסק, מספר בחיך על השורשים הפתח-תקוואים וחוויות הילדות שעיצבו אותו, ועל המסע האישי והמרגש שעבר מאז

שירן רובינשטיין



אמנון פישר. צילום: אסנת רום

מגיל 6 עד 12 הייתה לי חברה, קרן דינוביץ'. התאהבתי בה קשות, וכבר בגיל מאוד צעיר היא הסבירה לי, את שאני צריך לדעת על עולמך המופלא והמטורף של נשים...

כשלמדתי בחטיבה יחד עם גידי רז, היום הגיטריסט של ברי סחרוף, הקמנו להקה. אני הייתי המתופף והזמר. אהבנו לנגן יחד עוד בתור ילדים, ואנו עדיין חברים. גידי ניגן איתי באלבום השני שלי שנקרא "פשוט". נשארתי חבר גם עם יגאל אוחנה, ששר בלהקה הייצוגית של פתח תקווה- "עבר, הווה, עתיד". אחותי עדיין גרה בעיר, בשכונת אם המושבות, ואני בהחלט מרגיש חיבור לפתח-תקווה.

עד כמה השורשים שלך בפתח-תקווה ליוו אותך ביצירה שלך?

ליד הבית שלנו היה פרדס תפוזים, שכילד הוא נראה לי כממלכה. עברתי שם הרפתקאות רבות שעיצבו את מי שאני היום; החברה ואני נהגנו לשבת שם יחד, לבנות סוכה ולישון בה, בל"ג בעומר נשארנו ערים כל הלילה, ולמחרת בבוקר "פילחנו" שוקו ולחמניה מהמכולת. החוויות האלו מעצבות את האישיות והשפיעו על היצירה שלי; רגעים של שכונה, של אהבה ראשונה, של גילוי. גם היום, בן 44, כאשר אני עובר ליד פרדס, מיד יש לי חשק להיכנס אליו לשעה קסומה. מי שתרם לחיי המקצועיים ועיצב אותם הוא אדי מוכתר, שאותו זכיתי להכיר כבר בכתה א' כמורה לדרמה וכאיש

”עת השתחררתי הרופאים המליצו לי להחליף מקצוע זוכר איך חיכתי לעצמי, הכנסתי להילוך והתחלתי לנסוע

בכל מסע יש דרך מלך

אותי מעניינים השוליים

דווקא בחושך אני רואה

מה שלא רואות העיניים” / "שיר המשך"

כך מתחיל אמנון פישר את שיר המחווה למאיר אריאל ז"ל, שמבטא במקצת את הדרך הלא פשוטה שעבר, מכוכב מיינסטרים בתוכניות "תוסס" ו"לגעת באושר" לשוליים, להתפרקות בשיא קריירת המשחק שלו, למשבר נפשי ולאשפוזים במחלקה פסיכיאטרית. היום הוא משקיף על המשבר ששינה ועיצב אותו ומתבונן על הכל בחמלה.

פישר, 44, אומן, במאי, שחקן ומוזיקאי מוערך, בזוגיות עם דלפין (גרושתו השנייה), גר בתל-אביב ועובד בימים אלה על ספר שירים ואלבום, הוא אחד מהאומנים המוכשרים שצמחו פה בעיר.

ספר על אמנון, הילד מפתח תקווה, ועל הקשר לעיר.

נולדתי כבן זקונים למשפחה עם ארבעה אחים ואחות (ביניהם עורך- הדין רונאל פישר והבמאי דוד פישר- ש.ר.). גרנו ברחוב הרצל בעיר. אני זוכר ילדות עשירה, מאושרת ומשופעת בחברים מהשכונה ומבית-הספר; למדתי בביה"ס "עין גנים", בחטיבת "אחד-העם" ובתיכון "עמל ב".



אמנון פישר. צילום: דלפין פישר



פישר עם גיל קופטש וג'ור פרידמן ב"מהפכה". קרדיט למציבים- מקומון ת"א

גדול. מצאתי חן בעיניו, והוא טיפח אותי בהתמדה; מהתפקיד הראשון בכתה א'- "יוסי ילד שלי מוצלח", דרך החטיבה בהפקת המחזמר "קזבלן" בכיכובי, וכלה בתיכון "עמל ב" בהצגה "אחרון הפועלים" של יהושע סובול. בצוות ההצגה היו גם רובי דואניאס, מירי נבו ויגאל אוחנה, כאשר המנהל המוזיקלי היה אבנר חודרוב. הופענו עם ההצגה בכל הארץ. אדי מוכתר ליווה את ההתפתחות המקצועית שלי, ועד היום כשהוא צריך שאעזור בהפקות אגף הנוער והתרבות בפתח-תקווה, אני מגיע.

על מה אתה עובד היום?

יש לי מופע שירים שאני מופיע איתו, וכן אני משתתף ב"שירת חב"ד" בהפקת תיאטרון "ידישפיל" וזוכה לגלם שם את הרבי מליובאוויטש ואת רבי שלמה קרליבך. מופיעים איתי דני שטג, קובי אריאלי ועוד רבים וטובים עם להקה ומוזיקה חיה. בנוסף, יש לי מופע מוזיקלי עם ניר פרידמן וגיל קופטש שנקרא "המהפכה". בימים אלה אני עובד בהתלהבות על פרויקט שייקא - "אושר- הפרויקט של פישר". מדובר בספר שירים דיגיטלי שיכלול שירים מכל מיני תקופות בחיי, שזכו לרוב לפרגון, חום רב וחיוך.

בעותק הדיגיטלי אפשר יהיה לשמוע, בנוסף, מבחר שירים שאני מקריא, וכן יהיו בו כשמונה שירים מתוך הספר, שאותם הלחנתי, ושנמצאים בשלבי הפקה מתקדמים. המפיק המוזיקלי הוא ניר פרידמן.

איך היה להרגיש כוכב לפני עשרים שנים?

אני משחק מאז שאני בן 6, בקולנוע (בסרט "רובה חוליות") ובטלוויזיה. עוד כילד זיהו אותי ברחוב. אימי ז'ל, החכמה, לא ליוותה אותי באופן צמוד ולא באה איתי לסט הצילומים. שמרתי את כל החוויות לעצמי, והיא קיבלה בהבנה את רצוני לא לשתף. היא רק אמרה לי להיזהר מקנאה של אחרים ולהיות צנוע. הערוץ הראשון, היחיד שהיה אז, לא היה מסחרי, ואומנם בסוף תוכנית בחורות חיכו לאקי אבני ולי, כדי שנצטלם ונתחבק איתן, אבל הכל היה פשוט ונאיבי יותר. עזבת את הסדרה "לגעת באושר" לאחר 60 פרקים, בשיא ההצלחה.

אני רגיש ל- THC, החומר הממסטל בקנביס. בזמן צילומי הסדרה, בפרק 50, לצד עישון מופרו וכשראיתי שהטקסט די זהה לפרק 3 - משהו אצלי נשבר. לא רציתי להמשיך לשחק, ואפשר לומר שחיי נעצרו למסכת של חשבון נפש. היום, אחרי תקופה קשה, שכללה גם אשפוזים, אני נלחם על השפיות שלי ובוחר בחיים.

מעז יצא מתוך?

בעקבות המשברים נפרדתי מאשתי הראשונה, ובגלל שלא מצאתי מנוח, נפרדתי גם מאשתי השנייה דלפין. עם זאת, ניתנה לי הזדמנות לתקן. דלפין ראתה אל מעבר לכאב, והיום אנו ביחד ומאושרים. נכון, אין לנו עדיין ילד, לא אוטו, לא בית משלנו או ג'קוזי- אבל יש לנו זה את זה ו"אין על אהבה".

במופע שלך "האור שבפנים" הבאת את סיפור ההתמודדות שלך עם המשבר הנפשי והשיקום בהרבה הומור עצמי.

מכיוון שאני לא יודע לעשות משהו אחר חוץ מאומנות, ומכיוון שאחרי שבר כל-כך גדול הנפש ביקשה מקלט בטוח ומוכר כמו היצירה, מצאתי את עצמי כותב, חושב ומביים חלק מסיפור חיי למופע שיביא לבמה באומץ לב, בכנות ובלא מעט הומור עצמי- סיפור התמודדות שעל פי רוב מושקע ונמצא בשוליים.

יש כאן גם שליחות לנסות לסדוק את חומת הסטיגמה הכבדה שנוצרה מתוך בושה ופחד. פתאום יש פנים להתמודדות נפשית. זה לא סוד שחוויתי משבר נפשי בחיי. לא רק שזה לא סוד- זה מופע.

איך היו התגובות?

אני מופיע כבר ארבע שנים, מתוכן שנה בתאטרון "תמונע", ומקבל תגובות חמות, מדהימות. למשל- הגיעו למופע ידידה שלי ובתה בת ה-16, שבעצמן מתמודדות עם מצוקה נפשית. משפט שאמרתי במופע נחקק בזכרונה של הילדה, ומאז היא ממשיכה לצטט אותו לאמה: "במקום להביט אחורה בזעם, להתבונן פנימה בחמלה".

יהושע סובול אמר לי, שזה מופע שיוצא מהלב ונכנס ללב.

צריך אומץ לחשיפה כזו, היה לזה מחיר?

לשאלה הזו אין מקום אל מול המסע האישי של שיקום יצירתי, שבו לפני שאתה ממשיך הלאה, אתה מנסה לברר מה היה שם, ומה הוציא אותך מחוץ.

אחי רונאל אמר לי- "בשביל מה אתה צריך מופע כזה? זה רק ייצור לך תעודת זהות של חולה נפש". גם בגלל משפט כזה הייתי חייב לעשות את זה.

הבנתי שבמקום לחכות לגאולה, אתה חייב להציל את עצמך. ולא הייתי לבד. היו איתי בדרך הזו דלפין, המשפחה והחברים.

איך יחסך עם בני משפחתך?

יחסים נפלאים. הוריי נפטרו בפער של שנה כשהייתי בן 26, ואחיי ודלפין הם האנשים הכי קרובים לי.

ספר על עבודתך בקהילה.

אני מנחה קבוצות נוער ובוגרים בעלי צרכים מיוחדים. ישנה קבוצה של בני נוער, בחולון, שבכל שבוע המפגש המוזיקלי איתם מוליד שמחה ושיר. למשל, ילדה אוטיסטית שבקושי תיקשרה, במהלך השנה כבר משתתפת יותר ומצליחה לתקשר. אמנם השינויים הם קטנים ועדינים, אבל לפי החום שאני מקבל מההורים ומהילדים, אני יודע שזכיתי לעבוד בעבודת קודש.

כמו-כן, אני מנחה בוגרים בעמותת "שכולו טוב" במפגש של דרמה וכישורי חיים. מדובר בחברה בודדים מאוד, שמתמודדים עם מצוקות נפשיות, ואני מלמד אותם כישורי חיים דרך הדרמה.

בנוסף, בעקבות פנייתה של מנכ"לית ודוברת "עמותת אנש"- הייתי שותף לפרויקט שבו הציעו לי לנצל את כישורי המקצועיים והאישיים לטובת "המתמודדים". לפני שנתיים העלנו הופעה אחרי תהליך של שנת חזרות, שבה נתתי למתמודדים להרגיש בטוחים ופתוחים להביא חומרים אישיים ולשלב אותם בהופעה.

ספר על רגעים מרגשים בעבודה הזו.

היה רגע מקסים בשיעור האחרון, שבו ניסיתי לכוון את התלמידים, דרך אימפרוביזציה, איך להכיר בחורה, איך לקבל את עצמם, ולהבין שכל אחד ראוי לאהבה. בסוף השיעור שמעתי אחד מהם שואל בחורה שהכיר במפגש- "רוצה לשבת איתי לקפה?" נסעתי משם עם חיוך של אושר.

שיחת בתיאטרון, בסרטי קולנוע, הופעת בטלוויזיה, בטלנובלות, הנחת תוכניות, בימת מופעים- מה מבחינתך היה השיא בקריירה?

היום אני מבין, שבמקום לחפש שיאים יש לחפש דווקא מרכושי שיש בו יציבות. החב"בניקים קוראים לזה להיות "בינוני". יש רשע, בינוני וצדיק. צדיק זו מעלה גבוהה מדיי, אף אחד לא רוצה להיות רשע, אז תהיה בינוני.

"פרויקט של פישר" אני מגיע מתוך בשלות; ער, נוכח ושלים, ואני מרגיש כל הזמן שהשיא עוד לפניי.

מה אתה יותר- במאי, שחקן, מוזיקאי, משורר, יוצר?

יוצר. יוצר, לטעמי, זה "יוצר קשר"- משהו שמצליח דרך הכלים האומנותיים ליצור קשר עם עצמו, עם הבורא, עם ההווה ועם החברה. אני חושב שהשילוב של מילים, משחק

ומוזיקה יוצר אצלי משהו שלם ועגול. ישנם שחקנים שרוצים להיות כוכבי רוק ולהפך. אני מודה על הזכות שקיבלתי לשלב את הכל.

אתה מתגעגע לפרוייקטים?

לאחרונה, לקחתי חלק בסרט ישראלי על עתידנו הכלכלי, בתפקיד אורח (נהג מונית) שפותח את הסרט. זכיתי לעבוד עם נעמי פולני, הבמאית של "התרנגולים", ועם איתי טיראן. אני לא מתגעגע לעבר, אלא חי את ההווה וכמה לפרויקט חדש, לתפקיד חדש או לשיר חדש.

אתה מוערך כאומן וכיוצר מיוחד, אבל כנראה שזה פחות מפרנס.

כחלק מהפרנסה, בנוסף למופעים שלי, אני עובד בתיאטרון "ידישפיל" גם כמזכיר כרטיסים במשרד. אני לא בוחל בעבודה שיש בצידה פרנסה ראויה. אין הרבה שמתעשרים מהביזנס הזה, ובכל מקרה עושר לא הופך אותך למאשר.

מה מרגיש אומן יוצר שכותב שיר או מעלה מופע?

אני מאמין שכאומן אתה לא אמור להמציא. אתה אמור להיות צנוע מספיק כדי למצוא. כשכתבתי את המופע "האור שבפנים", הבנתי שזו זכות לטפל בחומרים אישיים דרך יצירה, אבל זו גם חובה ושליחות. חובתי כאדם שחווה משבר נפשי, ושהוא במקרה שחקן, להשמיע קול שינסה לסדוק את חומת הסטיגמה.

במופע אני משתף את הקהל בחוויה פסיכוטית של התקף קנאה ואני מרגיש עירום, אבל הקהל מכסה אותי בחמלה ומבין, אולי לראשונה, דברים שהיו עד כה במחשכים.

מה נתן לך הכי הרבה השראה?

זוגתי. לכתוב שיר אהבה מתוך אהבה. לאהוב ואו לכתוב. לא להפך.

איפה אתה רואה את עצמך בעוד עשר שנים מהיום? מהי השאיפה שלך כאומן?

באופן אישי, אני מרגיש שלם ולא זקוק לילד שימלא את החסכים שלי, אבל ברור שאם יבוא ילד אהיה שמח יותר וגם דואג יותר מן הסתם.

כאומן אני שואף ליהנות מהדרך. אין יעד ספציפי שאני מסמן. אני מאחל לעצמי לזכות לגלם דמויות עמוקות ועגולות, ואם יהיה צורך אני גם אכתוב אותן.

אני רוצה להשאיר אמנון הילד שרואה בכל דבר נס.





ד"ר נעמי בכור
אורתודונטית מומחית
ליישור שיניים ולסתות,
לילדים ולמבוגרים.

מתן אבחנה רפואית מקצועית,
קביעת תוכנית טיפולים מדויקת,
מעקב וייעוץ ברמה הגבוהה ביותר
והכל מתוך שירות אדיב וגישה
אמפטית לכל מטופל ומטופל.

בוגרת בית הספר לרפואת שיניים
הדסה עין כרם

בוגרת תוכנית ההתמחות
הבינלאומית באורתודונטיה
אוניברסיטת תל אביב

מרצה וחברת סגל
אוניברסיטת תל אביב



כל המומחים
לבריאותך
ממש כאן!

בכפר גנים ג'
מול קניון גנים

ד"ר רון בכור מומחה לפריודונטיה

טיפול במחלות חניכיים שונות באופן לא
כירורגי, כירורגי ותרופתי תוך ניסיון לשמר את
המשן הקיים עד כמה שניתן.

טיפול חניכיים כירורגיים למטרות אסתטיות, טרום
שיקומיות.

התקנתם של שתלים דנטלים, טיפול בסיבוכים
הקשורים בשתלים וביצוע פרוצדורות מקדימות
לצורך ביצוע שתלים כמו בניית עצם, הרמות סינוס,
שתלי רקמה רכה.

בוגר הפקולטה

לרפואת שיניים בהדסה ירושלים

בוגר תוכנית ההתמחות

בפריודונטיה בהדסה ירושלים

מומחה מטעם האיגוד הארופאי
לפריודונטיה

עובד עם
חברות הביטוח
הראל והפניקס



www.orthonaomi.co.il

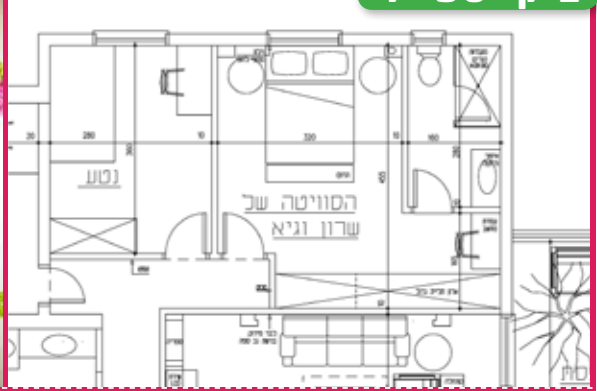
שושן ימין 17 פתח תקווה (מול קניון כפר גנים)

טל: 03-9233456

ד"ר רון 052-7246245

ד"ר נעמי 052-8753619

קבע היום תור,
ותתחיל לחייך!



עזבי, את לא צריכה מעצבת

מדור "ציקי סטייל" חוגג אתנו שנה; מאחוריו תפארת יצירה של שתיים-עשרה כתבות, ושתי כתבות שקדמו לפתיחת המדור רשמית. אז- מעצבת- צריך או לא?

ומלווה את הלקוחות ברכישות ובמיצוב הריהוט, החיפויים, הטקסטיל והפריטים.

השאלות והתובנות

שיפוץ ובנייה אינם אירועים שבשיגרה. גם ההוצאות הנלוות לאירועים אלה אינן שיגרתיות. הוצאה לליווי של איש מקצוע יכולה לנוע בין 10%-15% מהתקציב כולו, תלוי בסדר הגודל של השיפוץ והבנייה. אז למה יש עדיין אנשים שמוותרים על ליווי מקצועי או אף על פגישת ייעוץ מכוונת?

יצירת מרחב חדש להתנהל בו מבקשת תכנון, מקסום החלל וחשיבה על סיפור החיים לפרטים. ליווי של איש מקצוע או ייעוץ מקצועי הוא בעל ערך, מכוון, ממקד ומונע בלבול וטעויות אפשריות, שעלולים לעלות הרבה כסף. ליווי מקצועי מביא שקט ורוגע לתוך התהליך, מאחר שהדברים ברורים ויש ידיעה לקראת מה הולכים. לאחר התכנון, גם בחירת החומרים הנכונים חשובה. הריצוף והחיפויים נשארים כחותמת בחלל הבית, ועדיפה חותמת אהובה שנשמח להתגאות בה.

אני מזמינה אתכם לצפייה מחוייכת בסרטון שלי - צפו בסרטון בבלוג שלי: <http://tzikistyle.blogspot.co.il> ותבינו למה גם ורדית צריכה מעצבת.

"עזבי, את לא צריכה מעצבת" גאה לפתוח את שנת 2014 עם תובנות לגבי תהליך התכנון והיעיצוב. "את לא צריכה", אתה יכול לעצב לבד... אולי השתעשעתם עם עיצוב מתוך תחביב, אך בכל זאת אירוע של שיפוץ או בנייה אינו קורה כל יום. ההתחלה

הכול מתחיל מצרכים שאמורים לקבל מענה. אם הם לא מקבלים מענה אין סיפק, ורובנו מעוניינים להרגיש מסופקים בחיינו. כאשר אנו בונים או משפצים, המרחב המתוכנן מבקש שיצקו לתוכו תוכן, סיפור חיים של בעלי המקום.

קצת סדר. מה בין נקודת המבט של אדריכל לזו של מעצב פנים? נקודת המבט של האדריכל היא מהחוץ פנימה - מהמראה החיצוני של המבנה, קו הבנייה והמעטפת, לפנים החלל. נקודת המוצא של מעצב פנים מתחילה מהפרקטיקה וההתנהלות ההרמונית בפנים, ומשם אל החוץ. לתהליך של בנייה מתבקשים שירותיו של אדריכל, וכמובן שירותיו של מהנדס להגשת התוכניות המפורטות לרשות, לצורך אישור ומתן היתר בנייה. אדריכלים רבים משלבים את תכנון הפנים בשירותיהם, יש שמשלבים בפרויקטים שלהם מומחים לתכנון הפנים ולהלבשת המרחב, ויש שהלקוח משלב מומחה מטעמו. לתהליך של שיפוץ מתבקש ליווי של מעצב פנים או אדריכל פנים, שנותנים מענה לחלוקת החלל הפנימי ולמיצוב הקירות והריהוט במיקומים ובמרווחים מיטביים להתנהלות אנושית תקינה. לתהליך הלבשת המרחב אפשר להסתייע בשירותיו של מעצב פנים או הום סטייליסט, שבהתאם לתכנית קיימת מתכנן

ציקי אורון- מעצבת פנים וסטייליסטית
טל: 054-2424976
zikioron@gmail.com
www.tzikidesign.co.il



עיתון כפר גנים מחפש כתבת שטח

לפרטים- עורכת העיתון, אילת שדה ayelet.sadeh@gmail.com

כפר גנים



מוקד חדש לרפואה דחופה

כאשר המרפאה סגורה



פתוח
24/7

במסגרת הפעולות לשיפור השירות, החל מיום שישי ה-13.11.13 לקוחות הכללית יקבלו שירותי רפואה במוקד טרם הנמצא ברח' ז'בוטינסקי 160 בבני ברק

השירות במוקד טרם יחליף את השירות המצומצם הניתן כיום בקומה 4 בקניון קריית אונו

מוקד טרם עומד לשירות לקוחות הכללית
24/7-365 יום בשנה

השירותים הנרחבים כוללים:

* רנטגן * אולטרא סאונד * גיבוס * תפירה * א.ק.ג. *
* בדיקות מעבדה * מתן תרופות תוך-ורידיות

תוצאות מיידיות במקום

החל מיום שישי ה-13.11.13

עלות השירות: מהשעה 14:00 ביום ו' או ערבי חגים ועד השעה 06:00 בבוקר שלמחרת השבת ו/או החג - רק 40 ש"ח!
עלות השירות בימי חול (לאחר השעה 19:00) - 79 ש"ח

רחוב ז'בוטינסקי 160, בני-ברק, טלפון: 1599-520-520

חניה חינם!

מעל 100 שנה
כללית
הכי טובה למשפחה

טרם
TEREM
סוס - הרבה לפני סוס

יום הורים!

למה הוא כל-כך מפחיד?

יום הורים, הסיוט של רבים מן התלמידים; ממתינים במסדרון בית-הספר בפחד נורא מפני המפגש של ההורה עם המורה המחנך. אני מגלה שהדבר מאפיין לא רק תלמידים בעלי ציונים נמוכים, אלא גם תלמידים מצטיינים! שהרי להיות במצב של ביקורת, בשיחות משוב למיניהן - גם אותנו, כמבוגרים, זה מלחיץ.

כשהילדים מגיעים לגיל ההתבגרות (החל מכיתה ה', ו' ובחטיבת הביניים בפרט) הם נתונים לשינויים רבים, ועניינים מגוונים מעסיקים אותם: התאהבות, מוזיקה, חברים, מקובלות, ובין היתר- לימודים. הלימודים הם, אמנם, רק חלק מתוך מאגר שלם של עולם חייהם, אבל חלק לא מבוטל!

במחקר שנערך בין 1,400 בני נוער בארצות הברית, נשאלו מתבגרים על הנושאים המעסיקים אותם, אחד המרכזיים היה- לימודים! (מעט פחות מהתאהבות וממראה חיצוני).

כמעט כל מתבגר יודע, שתעודת בגרות חיונית להצלחה בחיים. לכן, אנו כהורים צריכים להבין שהאחריות היא שלהם, והם ימהרו לקחת אותה, אם לא ניכנס לתפקיד השוטף, אלא נסמוך עליהם שהם מסוגלים.

זה המסר שיש להעביר לילדים לפני ימי הורים:

אנו לא באים איתך ליום הורים, כדי שהמורה תנוזף בך בנוכחותנו. אנו מלווים אותך ליום הורים, כדי שנשמע יחד איך המורים רואים אותך, ומהם הישגיך במקצועות השונים. כשקשה לך - אנו פה כדי לתמוך וכדי לחשוב יחד איך אפשר לשפר (מורים פרטיים, תגבור בבית הספר וכדומה) ולא כדי לנוזף.

"הדר" - בית חרושת לממתקים

בבית-הספר "הדר" זו כבר מסורת חנוכה-אורזים ומוכרים שקיות ממתקים, והכסף נתרם לנזקקים

שרי אינבלט, אמה ב"הדר" וחברת פרויקט "חיבוק משפחות"

כבכל חג חנוכה בשנים האחרונות, גם השנה התקיים מפעל ממתקים בבית-הספר "הדר".

בעבודת צוות נפלאה, פרגון ועזרה הדדית, ארוז התלמידים שקיות שיי, ולאחר-מכן מכרו אותן לתלמידים ולמורים בבית-הספר.

הכסף שנאסף ממכירת שקיות השי יועבר למשפחות "המחובקות" כחלק מפרויקט "חיבוק משפחות".

מאת: ענת זפרני



*תמונת אילוסטרציה

סיפר לי מתבגר בכיתה ז', שנמצא אצלי ביעוץ, שהוא פוחד "פחד מוות" מיום ההורים המתקרב. כששאלתי- למה? הוא אמר שכבר בדרך ליום ההורים, אבא שלו מתחיל לנאום לו על חשיבות הציונים בחיים, על כמה שהוא מצפה לשמוע שהבן שלו מוצלח ובעל יכולת, וגם מזכיר ימי הורים קודמים שבהם הוא (האבא) התאכזב ממנו. כשהם מגיעים ליום ההורים, המתבגר כל-כך לחוץ, שלפעמים הוא אפילו לא זוכר מה המורה אמרה! (מדובר באב נורמטיבי לחלוטין).

אז מה עושים? -

- קודם כל מרגיעים.
- זוכרים שאלה רק ציונים, וציונים ניתן לשפר.
- נותנים לילד תחושה שהוא מסוגל, ושאתם שם בשבילו.
- מעודדים ושואלים את הילד איך הוא מרגיש עם הציונים, ומה לדעתו אפשר לעשות כדי לשפר.
- מאירים את ההצלחות, ולא שוכחים אותן על רקע הכשלונות.
- והכי חשוב- זוכרים, שבכל גיל, ציונים זה הפיץ ויחסים-לא!

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



צילום: שירי אינבלט

תודה לכל מי שסייע, ותודה ענקית למורות רונית לפידות ובילי דגן המדהימות!

תודה מיוחדת למשפחת הרצוביץ -אבי, אתי, מיקי ואורן, הבעלים של **א.א. שיווק טבק בע"מ**, שנותנים לנו את הממתקים ואת השקיות בהנחה ומכל הלב.

חודש ינואר בעולמות

מועדון הילדים במתנ"ס עולמות

יום רביעי 1.1.14 שעה 17:30

תיאטרון "שיר" בהצגה "גוליבר בארץ הגמדים"

לגילאי 3-8 כרטיס: 25 ₪

יום רביעי 8.1.14 שעה 17:30

תיאטרון "המטמון" בהצגה "האורן שלא שמח בחלקו"

לגילאי 3-8 כרטיס: 30 ₪

יום רביעי 15.1.14 שעה 17:30

תיאטרון סיפור עם "נויה ובזיק" "עץ המיץ"

לגילאי 3-7 כרטיס: 25 ₪

יום שלישי 21.1.14 שעה 17:30

שעת סיפור מוסיקלית עם רן זמיר "כובעים למכירה"

לגילאי 2-4 כרטיס: 20 ₪

יום רביעי 22.1.14 שעה 17:30

סרט + פיצה כרטיס: 20/25 ₪

יום רביעי 29.1.14 שעה 17:30

תיאטרון "טליה" בהצגה "נולה גרנולה ולולה ממתקולה"

לגילאי 3-7 כרטיס: 25 ₪

מתנ"ס עולמות - בית לאומנים ישראליים

יום חמישי 9.1.14 שעה 20:30

מופע עם **אריק סיני** עם שירים שכולנו אוהבים -

זמרת אורחת **יפעת תעשה**

יום שני 27.1.14 שעה 20:30

"**חייבת משהו מתוק**" סטנד-אפ-הרצגה

בנושא אורח חיים בריא

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



לא ייצא ממנו כלום

פעמים רבות, אני שומעת הורים אשר חורצים את גורל ילדיהם. מדוע אנו עושים זאת, וכיצד עלינו לנהוג?

אמא, שהגיעה אליי להדרכת הורים, הצהירה בפניי, שברור לה שבתה תתחתן עם גבר שלא יהיה טוב עבורה. אמא אחרת אמרה, שהיא יודעת שבנה יימצא את עצמו בכלא. אני מדברת על הורים נורמטיביים, משכילים, אשר פשוט מבוהלים מעתיד ילדם.

למי מאתנו לא חלפה בראש המחשבה על עתיד ילדינו?

משפטים כגון - "הוא כל-כך אוהב מוסיקה, בוודאי יעסוק בתחום הבמה", או להבדיל - "לפי הבכי שלך, אתה יכול להיות שחקן ב'הבימה'", שגורים בפינו ונאמרים כמעט ללא משים. ההבדל המהותי ביניהם הוא בטון שבו הם נאמרים, ובמקור שממנו הם נובעים. האחד - מדגיש את החזקות של הילד, וניכר כי ההורה מתגאה בבנו, ואילו האחר - נאמר מתוך מקום ציני, ביקורתי ומאוכזב.

הסכנה המרכזית שיש במחשבות ובאמירות שליליות על עתיד הילד, היא בהתנהגות שהן גוררות אחריהן. מרגע לידתו, הילד מפנים את האופן שבו הוא משתקף בעיני ההורה. הוא לומד להיות ער לניואנסים קטנים לא מילוליים, ועל אחת כמה וכמה למילוליים. משפטים כגון - "לא ייצא ממך כלום", "אתה תהיה מנקה רחובות", הם משפטים הרסניים, אשר נחרטים בנפשו של הילד. במצב שבו הילד חווה את עצמו ככישלון או שדימיון העצמי פגוע, יתכן שהילד יאמץ תדמית זו, יפנים אותה ויפעל לפיה, כדי לממש באופן לא מודע את ציפיות הוריו. "אם הם לא מאמינים בי - איך אני יכול להאמין בעצמי?"

פעמים רבות המסרים בבית סותרים - מחד מגישים עזרה, מנסים, אוהבים, אך מנגד מאשימים, פוגעים ולא מאמינים. התנהלות זו מבלבלת לכשעצמה.

לא תמיד ההורה נותן את הדעת לאופן שבו יש לו השפעה בבניית זהותו של הילד.

בנוסף, הורה יכול לכוון את הילד להפנמת זהות של "ילד לא מוצלח" גם מבלי משים, לדוגמה-כאשר על כל דבר שהילד

עושה, ההורה מגיב בחוסר סבלנות, ודווקא אל אחיו הוא מגיב באמפתיה ועידוד על אותה התנהגות, או כאשר ההורה כבר מרגיש "עומס" כלפי הילד ומתקשה להכיל את התנהגותו ואת המאמץ הכרוך בהבלגה.

במצב כזה, שבו אתם חשים כי אתם עייפים מהילד וברד בודאגים, ישנה חשיבות גבוהה לקחת לעצמכם פסק זמן כדי לחשוב על הילד, להכין מה הוא רוצה להגיד בהתנהגותו, והאם הוא זקוק לעזרה.

במידת הצורך, גשו לקבל עזרה מקצועית.

הכי חשוב - אל תחרצו את עתיד ילדכם! תנו לו אפשרות להפתיע אתכם ולבחור את דרכו, גם אם היא שונה מזו שרציתם עבורו. ואתם - כווננו אותו, עודדו והאמינו בו.

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

rinatguri@gmail.com / 054-3972187



אמיר בן חיים

צילום אירועים במצלמות סטילס, ווידאו דיגיטליות ומצלמות רחף. אלבומים מעוצבים, תקצירי אירועים, העברת סרטים ל-DVD בכל הפורמטים, עם ניסיון רחב בצילום לאירועים הנפלאים של החיים!

052-2433953 / 03-9099990

amirphotos.co.il / amirbenh@zahav.net.il

מוסיקה - אוויר לנשימה

סדנאות מוסיקליות חווייתיות להורים ולתינוקות איריס זינגר



איריס זינגר

מוסיקה וקצב קיימים בכלוננו. העולם עצמו נברא דרך צלילי הבריאה, והאיבר הראשון שמתפתח ברחם האם הוא הלב, וללב יש קצב, תנועה ותדר פעימה. את פעימות הלב אנו שומעים מהרגע הראשון וחיים לצדן כל חייו.

לכולנו יש נטייה למוסיקה, וחשיפת תינוקות למוסיקה ולצלילים עוזרת מאוד להתפתחות התינוק.

בסדנה המוסיקלית התינוקות נחשפים למקצבים, לצלילים, לקולות, להברות, לשירים, לתנועה, לרטט, לחום, לאהבה ולהדרור. את רוב השירים, המקצבים והניגונים בסדנה שלי, כתבתי והלחנתי מתוך חיבור לצורך המוסיקלי של התינוקות.

מוסיקה עבורי זה כל דבר שמשמיע צליל; עלה שנוגע בעלה, משב הרוח, קולו של הים, שקשוק אבנים, וגם כל הברה שיוצאת מהפה יחד עם מקצב (איך הכוונה שהורה ידע לשיר, אלא רק שיתחבר ללב, לקצב ולכוונה). אלה הם דברים חווייתיים שגורמים לתינוק להיות סקרן וחוקר.

בסדנאות אני מחזירה את השבטיות להורות המודרנית. פעם, גידלו תינוקות בשבטים. היום, לדעתי, הבדידות

בגידול הילדים יוצרת קושי, ולעיתים

עלולה לעודד את הדכאון לאחר

הלידה. בחיבור השבט נוצר מרחב

של אהבה ותמיכה. הסדנאות נוצרו

ממקום של צורך ונועדו ליצור

מעגל של נשים ותינוקות שמתפקד

כ"שבט הורים" לכול דבר. במעגל

שרים יחד, ורוקדים עם התינוקות

ומדברים על הנושאים הכי חשובים

ואינטימיים.

עוצמת השבט זהו רובד נוסף שמאפשר

לתינוקות להתפתח. כשהשבט עסוק ופעיל לעומת

התינוק הפסיבי, יש סוג של למידה דרך החוויה. במוח יש תאי

מראה שמתפתחים בעת פעילות ההורים. הילד שחווה חוייה

חיובית שכזו, לומד כיצד לפעול, ויעשה זאת לכשירגיש בשל

לכך.

יש חשיבות גדולה גם לחזרתיות ולעומס האלמנטים,

שאליהם נחשפים התינוקות בזמן הסדנה. כמו במדיטציה,

כשיש חזרתיות נפתח מרחב של שקט בתודעה, ואכן במהלך

הסדנאות התינוקות נרדמים, ההורים רגועים, ונוצר מרחב של

אהבה, קשב ושלווה.

דבר חשוב נוסף הוא ההקשבה. הקשבה היא ערך עליון,

ובסדנה אני מקפידה ליצור הקשבה, פיתוח חושים, חזרתיות

ומרחב מאפשר. כל אלה ממקדים מאוד ועוזרים להתפתחות

המיקוד של הילד.

חשיפה למוסיקה היא כמו אוויר לנשימה. כדי להבין על מה

אני מדברת, פשוט קחו יצירה מוסיקלית או שיר שאתם מאוד



אוהבים, והקשיבו לקטע המוסיקלי יחד עם תינוקם. ראו מה זה עושה לו. נעשו מחקרים שמעידים, שכאשר הורה שומע יצירה מוסיקלית כשהוא קרוב לילדו, הרגש שיעלה אצל ההורה יעבור באופן ישיר לילד. אם ההורה יהנה, גם הילד ירגיש זאת, ואם ההורה יפחד או יבהל מהיצירה, גם הילד ירגיש כך. אנחנו רואים זאת גם במצבים אחרים - למשל, כאשר לנו כאמהות יש "יום טוב", הילד רגוע ולהפך.

המעגלים פתוחים בחינם לקהל הרחב, ומיועדים להורים ולתינוקות מגילאי שבועיים ועד שנתיים. אין לי ספק שלחוויה מהסוג הזה יש השפעה משמעותית על התפתחות הילדים. בואו לחוות אתנו.

פעילות שבט תינוקות גנים, בהנחייתה של איריס זינגר, מתקיימת בכל יום ב' בשעה 11:00 בסטודיו רויטל שבקניון גנים. הפעילות הנה ללא תשלום. דף הרשמה לפעילות יתלה מהשעה 10:00 בכניסה לסטודיו

איריס זינגר - מנחת מעגלי נשים, מנחת קבוצות לאמהות ותינוקות, מקיימת מפגשים מוסיקליים אישיים, עורכת סדנאות מוסיקליות בקניונים ברחבי הארץ ועוד



"פוטאז' פרמנטייה" בבקשה!

תפוח האדמה מקושר היום עם אירלנד, אך ההיסטוריה הקדומה שלו לוטה בערפל. "פוטאז' פרמנטייה" – המרק שיגרום לכם לאהוב הסטוריה

כבר בשנת 1586, במהלך הצטיידות לאחר קרב עם הספרדים באיים הקריביים.

בסוף המאה ה-18 הפך תפוח האדמה פופולרי בצרפת, הודות ליחסי הציבור שעשה לו אנטואן אוגוסטין פרמנטייה, מאנשי המלך לואי ה-15. על שמו קרוי מרק "פוטאז' פרמנטייה".



את קברו של פרידריך הגדול, בארמון סנסוסי שבגרמניה, מקשטים... תפוחי אדמה. לפרדריך מייחסים את הבאת תפוחי האדמה מהרי האנדים שבדרום אמריקה לגרמניה.

מגרמניה נדדו תפוחי האדמה מזרחה לרוסיה, שם התקבלו בחדש ונקראו "תפוחי השטן".

מספרים כי סר וולטר ראלי היה הראשון שהביא את תפוח האדמה לאנגליה ב-1587, וכי סר פרנסיס דרייק עשה זאת

מוסיפים את קוביות תפוחי האדמה ואת התירס ומערבבים כ-3 דקות.

מוסיפים לסיר את החלב, המלח, הפלפל ואגוז המוסקט ומביאים לרתיחה על אש גבוהה.

"קורעים" את פטריות היער ומוסיפים לסיר.

מנמיכים את האש וממשיכים לבשל עוד כ-30-45 דקות.

מעבירים חצי מכמות המרק לסיר נפרד וטוחנים אותו. (את תפוחי האדמה ניתן למעוך לפירה).

מחזירים את המרק הטחון לסיר המרק.

חורף חם וטעים, בתאבון!

מרק תפוחי אדמה חורפי

מצרכים:

1 ליטר חלב

5 תפוחי אדמה חתוכים לקוביות

4 בצלים חתוכים לשמיניות 50 גרם חמאה

1 קופסת שימורים תירס מלח, פלפל לפי הטעם

כפית אבקת אגוז מוסקט סלסלת פטריות יער

אלון ההכנה:

בתוך סיר מאדים את הבצל בחמאה עד לשקיפות.



מעבדה מקצועית לתיקון כל סוגי המחשבים

054-4552351

www.nscomp.info • קניין גנים חניון 1-





זוהר נבות,

תלמיד כיתה ב' בבית- הספר "הדר",
הוא גאון בבנייה בלגו ובהכנת שיקויים...
המצלמה תפסה אותו מוציא אנרגיה,
בשבת בהירה של תחילת החורף,
באחת מגינות העיר.

מאיה גליק

המתוקה בת השנתיים,
שלומדת בגן גוגואים בנווה-עוז,
נהנית בטיול יום שישי בפרדס.



וטרינר עד הבית בפתח תקווה !!!



טיפול איכותי ומקצועי בסביבה הטבעית של בעל החיים! ובלי להוציא את חיית המחמד מהבית!

טיפול כולל: ✓ חירום 24 שעות ✓ הגעה מיידית אל בעל החיים ובמידת הצורך מעברו למרפאה
✓ תוכנית בריאות שנתית ✓ חיסונים וטיפולים מונעים, טיפולים בפציעות, נשיכות, תאונות וכו'

ביקורי בית של וטרינר מקצועי!

שירות במרפאה במידה ואין אפשרות לטפל בבית:
✓ ניתוחים ✓ רנטגן ✓ מעבדת דם מלאה ✓ שירות מומחים
✓ יעוץ וטיפול בבעיות התנהגות



גרי טאי אלני
המרפאה הוטרינרית רמת אביב

ביקורי בית
של וטרינר
מקצועי !

אתר האינטרנט: animal-clinic.co.il

כתובת המרפאה: רח' ברגסון 6, רמת אביב

טלפון: 077-4177470
חירום / ביקורי בית: 052-3910673



המרפאה הוטרינרית רמת אביב



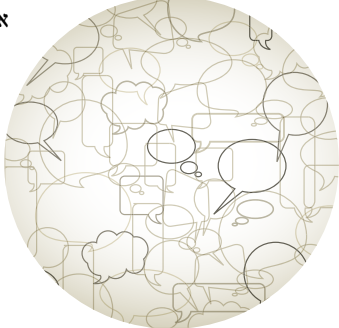
"מילים מילים עפות ברוח מתפוצצות כזיקוקי דינור" / יעקב רוטבליט

לכן, כל שימוש בשמו יהיה בגדר טעות. אנו כן מורשים להשתמש בכינויים משניים שלו.

אולם, המסר הוא עמוק ורחב יותר משימוש בשמו של האל. מילים הן כוח רב עוצמה. עלינו להגיד רק את הראוי, את המדויק ומה שידוע לנו בבירור. מילה שנאמרת (או נכתבת) נישאת על כנפי רוח, מתרחקת מהפה שהגה אותה וצוברת כוח עצום. נשיאת השם והמילה היא מעשה שיוצא מכלל שליטת האדם.

ומדוע לא יוכל האומר לכפר על אמירתו? מפני שאת הנאמר אין להשיב. על גנבת רכוש אפשר לכפר, יחס לא מכבד אפשר לשפר. מילה אין דרך להשיב. היא חיה לנצח. כמו האחד שאין להגיד את שמו.

"לא תשא אֶת-שֵׁם-ה' אֱלֹהֶיךָ, לְשׁוֹא: כִּי לֹא יִנְקֶה ה', אֶת-אִשֶׁר-יִשָּׂא אֶת-שְׁמוֹ לְשׁוֹא" (דברים ה'; י').



הדיבר השלישי עוסק באמירת השם המפורש מן האותיות י-ה-ו-ה לשווא. מי שיעשה זאת לא יוכל להתנקות ממעשהו.

אני שואלת - מתי אין אמירת השם בבחינת אמירת שווא? האם יש מצב כזה? ומה כה חמור באמירת השם לשווא, עד כדי כך שאין דרך לכפר על כך?

ובכן, אין מציאות שבה האמירה ראויה. את שמו המפורש של האל אסור לומר. ראשית מכיוון שאין לנו כל מידע עליו. ניסיון להסביר את האל הוא השערה בלבד.

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

לשון נופל על ניבון



נעמן אופיר

בשעה טובה הגענו ל- 2014



בר שלום מזמן לחיי העולם הבא. בְּכָה רבֵי וְאָמַר: יִשׁ קוֹנֵה עוֹלָמוֹ בְּשָׁעָה אַחַת, וְיִשׁ קוֹנֵה עוֹלָמוֹ בְּכַמֵּה שָׁנִים [עבודת זָרָה דָף י', עמוד ב'].

שחקה לו השעיה = הצליח, היה בר-מזל. דוגמה: לבתי שחקה השעיה בחידון הרדיו, היא זכתה בטיוול לאירופה.

מקור: יחילו דרכיו בכל-עת [תהילים י', 5]. וְאָמַר רבֵי יִצְחָק: אִם רְאִיתָ רֶשַׁע שֶׁהִשְׁעָה מִשְׁחָקָת לּוֹ, אַל תִּתְגַּרְרֶה בּוֹ" [ברכות דף ז', עמוד ב'].

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

שעיה קלה = זמן קצר ביותר. דוגמה: ראש הממשלה הגיע לבית הספר לשעיה קלה. מקור: עמדו כל ישראל לשעיה קלה ומלו כל עבדיהם [שמות רבה ט].

שעת כשר = הזדמנות מתאימה. דוגמה: בעת בקורו של נשיא המדינה בבית ספרנו היתה לנו שעת כשר לשוחח עמו על חזון השלום.

מקור: זכחים יא ב במשמע: שעיה שהדבר היה בחזקת כשר. **קונה עולמו בשעה אחת** = זכה בבת-אחת להצלחה רבה.

דוגמה: השוטר מפתח תקנה קנה את עולמו בשעה אחת לאחר שלכד את המחבל בעל תגורת הנפץ.

מקור: וְהָיָה לְאַהֲרֹן וּלְבָנָיו [שמות כט, כח]. מְחַצֵּה לְאַהֲרֹן וּמְחַצֵּה לְבָנָיו. יצתה בת קול ואמרה: קטיעה



9			8	7	6	5		4	3	2	1
	13				12		11				10
		17				16		15			14
			20					19			18
		23		22					21		
	29		28		27			26		25	24
		33				32			31		30
							35				34
	39					38		37			36
		44			43		42		41		40
			47			46			45		
				49						48	

מאונן:

1. רוע 5. עצבות, דיכאון 10. ריגול 12. גובה, שמיים 13. אמצעי למאור 14. הקדש נכסים מוסלמי 15. בעל ערך דומה 17. שריון, אמצעי הגנה 18. עוף דורס 19. ש"פ של הזמר איגליסיאס 20. כישוף שחור 21. שנים עשר מי יודע? (מההגדה) 23. סרט, שרוך לקישור 24. אחוריים 26. אות עברית 27. הגיבורה שהרגה את סיסרא 29. תן לי 30. חיבק, תפס 32. נותן כסף שיוחזר לו 34. בן האיילה 35. פירטים (2) 36. אריס שמשועבד לפיאודל 38. משקיפה 40. תו מוסיקלי 41. אבקת סלע המשמשת לבניין 43. כלי דם זעיר 44. צמח צעיר ורענן 45. הקטנה, חיסכון 47. אבי אביו 48. ימאים (2) 49. רמש גינה מזיק שמכרסם שורשים

מאונך:

1. כינוי עממי לאל שלנו (3) 2. ניבל פה, גינה 3. בעל כנף 4. קידומת שם הולנדית 6. שדה גדול למרעה 7. טבעת מתכת ששייכת לבורג 8. מים רבים מאופק לאופק 9. עליה שמים כסף שירד לטמיון (2) 11. ארץ במזרח אירופה 13. השמעת צלילים בכלי מוסיקלי 15. טיפשים, חסרי דעה 16. כינוי גוף לנקה (נסתר) 17. טס, צלחת גדולה להגשת מזון 19. שמה של אתיופיה בעבר 22. השאריות, היתרות 25. אינה פנויה 27. כינוי חיבה לילד 28. משרתי הכהונים בבית המקדש 31. חסר טעם 32. המעטפות המכסות את גרעיני התבואה 33. התקיים, חי 37. ישוב יהודי בגוש עציון 39. ריק, חלול 41. צמח בר הגדל במקומות לחים 42. כאב, חולי 44. סוג מתכת בלתי מחלידה לציפוי ברזל 45. פקודה 46. מילת שאלה 47. פנה, סטה

בהגרלה, בין הפותרים נכונה, זכו בגלאי עשן - ורנר מאיר ויוכי אצ"ג 6, פתח תקווה



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



מתנת קראוזמן ובניו, רח' שטמפפר 51, פ"ת, 052-2453035

את הפתרונות יש לשלוח, בצירוף פרטים אישיים ומספר טלפון לצדוק בן משה רח' נקר 32 פ"ת או לסרוק ולהעביר במייל לכתובת: kfarganim@gmail.com

*תמונה להמחשה בלבד

שונות

חנייה מקורה ברחוב ביל"ו
2 פינת רוטשילד. 250 ש"ח
לחודש. נעמן- 052-8551093

נדל"ן

למכירה בשכונת בת - גנים,
2 יחידות מגורים צמודות (דו-
משפחתי), 7 חדרים בכל בית,
לקראת סיום בנייה. 280/301
מ"ר גינה + מיקום מעולה.
יהודה הס - 050-3003455

למכירה דירת 6 חדרים גדולה
בכפר גנים ג'. 2 חניות + 2
מרפסות (אחת סוכה).
הדירה מושקעת + מיקום מרכזי
ושקט.
יהודה הס - 050-3003455

למכירה בהודמנות - דירת 5
חדרים, 125 מ"ר במקום שקט
בכפר גנים ג'.
הרחוב ללא מוצא.
קרוב לקניון.
יהודה הס - 050-3003455

מתנדבים גמלאים בבתי-הספר
השונים בעיר. כדי לממש רעיון
זה, אנו מחפשים מתנדבים
איכותיים המעוניינים להיות
שותפים לעשייה החינוכית.
אם אתה מחפש אתגר נוסף
להעשיר ולגוון את שעות הפנאי
שלך, אם יש לך מוטיבציה
ואנרגיה שטרם באה לביטוי-
הצטרף אלינו, אנו זקוקים לך!
נא לפנות ל-אבי הררי רכז ידד
לחיווך פתח תקווה
054-7000914
כל מה שילד צריך זה מבוגר אחד
שיאמן בו.

דרושה מטפלת ניידת עם רכב
להוצאת ילדה מבית ספר ממ"ד
כפר גנים וילד מגן חובה,
ולשמירה עליהם למשך שעותיים
עד שלוש בבית הילדים.
052-2314799

לסניף שופרסל כפר גנים דרושות
קופאיות לעבודה במשמרות.
ניתן להגיע לסניף באופן חופשי
או להתקשר:
03-7367197

לא מוותרת לכם ולא מוותרת
עליכם! שיעורים באנגלית
לגילאי חט"ב ותיכון ממורה
בתיכון, בעלת תואר שני ובעלת
ותק וניסיון מוכחים גם בהכנה
לבגרות.
אורית - 052-2945651

מטפלות ובייביסיטר

מטפלת אחראית עם הרבה
ניסיון.
לטיפול בילדים. פנויה מיידית-
050-2595246

מתפנה מטפלת עם ניסיון
והמלצות לטיפול מסודר
בתינוקת. עדיפות לשעות
עבודה בבוקר. מ- 08:00-15:00
או שלושה ימים מלאים בשבוע.
טלפון: 052-2739636

דרושים

עמותת "ידד לחינוך" בשיתוף
עם מנהל החינוך בעיריית פ"ת,
חברו יחד במטרה להרחיב
ולטפח מיום חינוכי להפעלת

שעורים פרטיים

מורה לפסיכומטרי ותלמידים
בכיתות א'-ט', בעלת ניסיון
בלמוד כיתה ובלמוד
פרטני. הכנה פרטית לבחינה
הפסיכומטרית ושיעורים פרטיים
לתלמידי ב"ס יסודי וחטיבת
בניים במתמטיקה, אנגלית
ומקצועות כלליים.
050-6684948

מורה להוראה מתקנת מעבירה
שיעורים ייחודיים ומהנים עם
תוצאות מוכחות, כולל הכנה
לבגרויות.
050-2077010

נא להתקשר אחרי שעה 13:00
סטודנטית להנדסת תוכנה,
דוברת אנגלית שפת אם, מעבירה
שיעורים פרטיים לכל הגילאים
במקצועות שונים. אנגלית-
יסודי, חט"ב ותיכון (כולל הכנה
לבגרויות), סטודנטים- הכנה
למבחן אמ"ר ולימוד קורסים'
מתמטיקה- יסודי וחט"ב.
ליאורה: 054-3970251

**הפרעות קשב וריכוז, לקויות למידה
אוטיזם, חרדות, אפילפסיה וקשיים רגשיים.**

בואו לראות איך זה נגמר...

מכון א"מ הדרך בהנהלת מירב שקד טולידאנו m.s.w עו"ס קלינית
מביא לפתח תקווה את שיטת הטיפול המדוברת בעולם, אשר פותחה ע"י
נאס"א - סוכנות החלל האמריקאית

נירופידבק

ללא תרופות, ללא תופעות לוואי, שינוי תמידי!!!
הטיפול מבוסס על בדיקת QEEG אשר אושרה על ידי ה- FDA (ארגון
הבריאות האמריקאי) כמאפשרת **זיהוי מובהק** של הפרעות קשב וריכוז

כתובת: רח' המגשימים 20, בניין המשרדים "מטלון סנטר", פ"ת
טל: 050-6818084 (מירב) 050-6279955 (אל"י) מייל: emhaderech@gmail.com





מאפיית בוטיק ובית קפה

לחמי שאור מחיטה מלאה, כוסמין, שיפון,
חטיכי בריאות, עוגות שמרים וקרות, עוגיות, מאפים
גרנולה, מתבלים, קישים מוצרים ללא סוכר ועוד ...



לכבוד טו בשבת - מאפים מיוחדים
עם פירות טריים ויבשים
במבחר טעמים מרגשים

בשאר ומהוק

כשר בהשגחת הרבנות גבעת שמואל

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



חדש!
 תפוח אדמה
 מוקרם ברוטב
 שמנת פטריות

פיצה שכוללות
 אלה הים...

מגש ענק
 +בקבוק קולה
72 ₪

2 מגשים
 משפחתיים
 +בקבוק קולה
98 ₪

תכלית: רמת השרון, שושן ומשולחן חיים. יצור ברשתות הרשתות פ"ת

החברות



משלוחים חנים בכל פתח תקווה!
03-904-86-44
 חפשו אותנו צ'יקו פיצה סטאר זערוור ב- f



www.pizzastar.co.il
 רח' פפר 9, פ"ת | בהנהלת צ'יקו זערוור
 פתוח: א'ה' 10:00 - 24:00, פתוח במוצ"ש, סגור: יום ו'