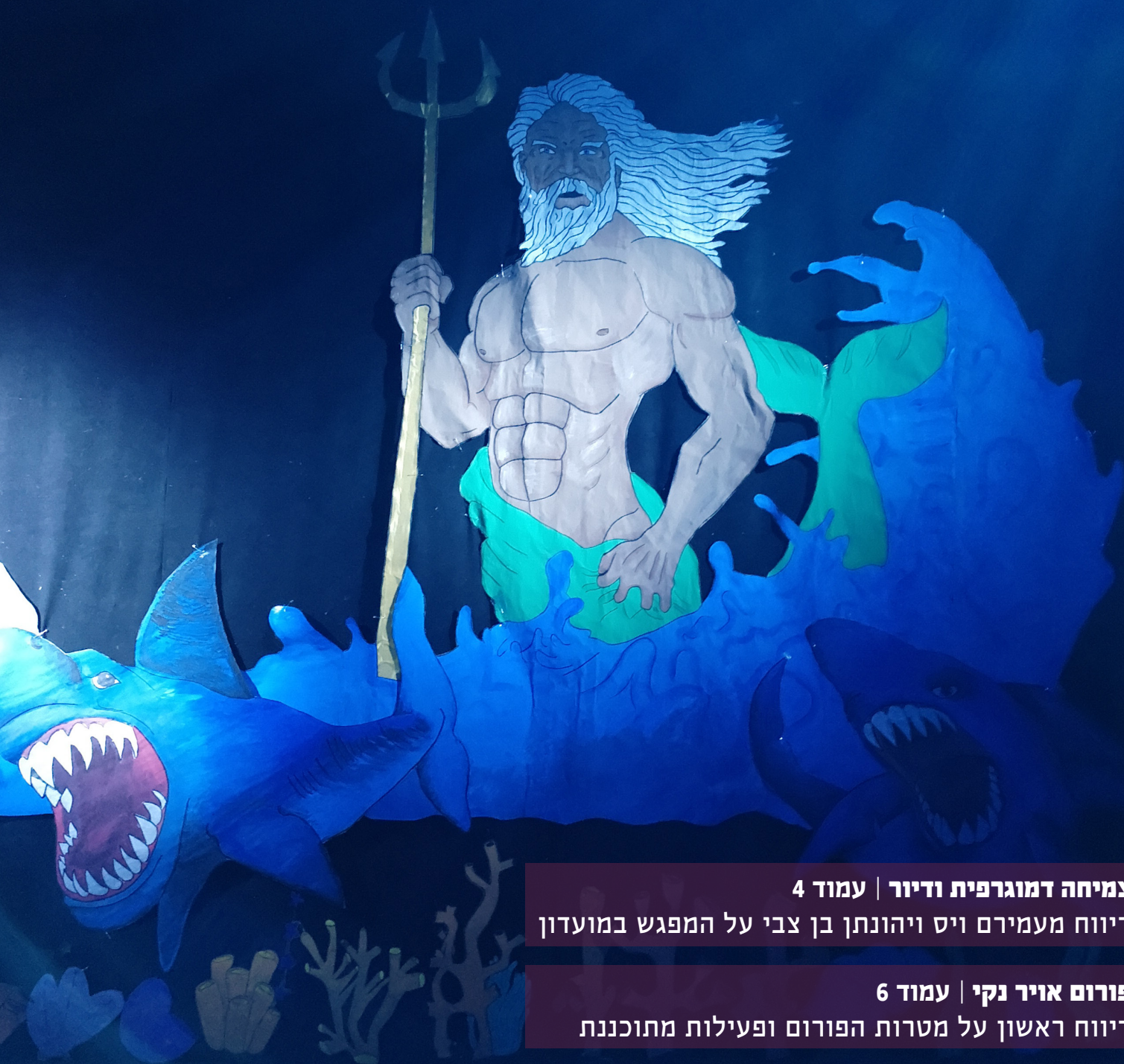




בשנער

ידיעות קיבוץ הזורע - כח' באדר התשע"ח - 15.03.2018



צמיחה דמוגרפית ודיור | עמוד 4
דיווח מעמירם ויס ויהונתן בן צבי על המפגש במועדון

פורום אויר נקי | עמוד 6
דיווח ראשון על מטרות הפורום ופעילות מתוכננת

תרומת שיער | עמוד 7
לי מרקוביץ' ושרון זינגר על התרומה המיוחדת

ביקורת ספר | עמוד 10
והפעם על "הטבח" מאת הארי קרסינג



מערכת בשער:

עורכת: נעה אלבוחר
עיצוב ועריכה גרפית: אנה אבראל
טל: 052-3990860
דוא"ל:
bashaar@hazorea.org.il

המערכת: עמירם ויס, יהונתן בן צבי, לי מרקוביץ, מיכל ועידית, ביאטריס שתיל, טלי כלב, יעל טיקטין, בועז בש מרץ, נעה אלבוחר, צוות הארכיון, דני נהב, ספי מנור פלג

הגהה: מרים גרוס

תמונת שער:
תפאורה למסיבת פורים - נעה אלבוחר

הפצה: יעל טיקטין, רינה רשקוב

דרושים:

כתבים על הנעשה בקיבוץ!

אחראי מדורים:

- תרבות ופנאי
- טיולים
- יצירה מקומית

אחראי המדור נדרשים לרכז את החומר בתחומם. למצוא ולשלב את הכותבים המשתנים במדור שתחת אחראיותם. יכולות נדרשות: לעמוד בזמן!

הרעש הגדול של פורים מאחורינו, ופסח כבר מתקדם בצעדי ענק. גם הבניה בעמק מתקדמת בצעדים עוד יותר גדולים וממלאת אותי בהתרגשות אך גם בפאניקה בלתי נשלטת, מה שכחתי? האם בחרתי צבע ריצוף נכון? אילו טעיות אגלה בהמשך ואיך לעזאזל מנקים בית כזה? כמובן שאת הבית הנוכחי אני בקושי מנקה אבל בית חדש, מהניילונים לא ניתן להזניח! אני יכולה לדמיין את ג'נה, הנציגה של "אלוני", מגיעה למסדר פתע של ניקיון ונוזפת בי על התחזוקה הירודה. ועכשיו ברצינות, קשה להאמין שעוד כחצי שנה תאוכלס כל השכונה במשפחות צעירות וגל קליטה גדול יתחיל בחלקו הפנימי בקיבוץ, בדירות שהתפנו.

הקליטה ומלאי הדירות בקיבוץ משפיעים על הצמיחה הדמוגרפית של הקיבוץ ויש לתכננם בתבונה מתוך ראייה ארוכת זמן. תחילתו של דיון בנושא זה עלה במפגש במועדון עם טובי, הסוקרת הדמוגרפית שלמדה את הזורע. ניתן לקרוא עליו בכתבה שהכינו יהונתן בן צבי ועמירם וייס. גם מזכירת הקיבוץ החדשה, שרה מענית, הודיעה כי נושא זה יעמוד בראש מעייניה ומהווה את האתגר החשוב ביותר של קיבוצנו. אני מאמינה, ומקווה, כי תהליך זה ימשך ושנוכל להמשיך ולדון בו מעל דפי העיתון.

דיווח נוסף שניתן לקרוא בעיתון הוא על "פורום אוויר נקי" שקם לאחרונה ומטרתו, למרות שהאביב כבר בפתח, לדון באיכות האוויר בקיבוץ ובהשפעת עשן הקמינים על הסביבה. כגילוי נאות, אני מברכת על הקמת הפורום, מקווה שהוא יוכל לשמש כבמה לדיון בין חברים, פתרון מחלוקות ומציאת פתרונות כלל קיבוציים.

אני מבקשת לנצל את הבמה להודות לכותבים הקבועים של העיתון ולהזמין אנשים נוספים, ובעלי תפקידים, להעביר עדכונים לעיתון. בכל פעם נעשים מאמצים רבים של חברי המערכת להבאת תוכן מעניין אך המצב אינו יציב. אני חוששת כי ללא שינוי משמעותי לא נוכל להמשיך ולשמור על תדירות ההפצה הנוכחית.

אני רוצה גם לנצל את את ההזדמנות הזו ולהתנצל. שכחתי להעביר להנהלת חשבונות את חיובי ינואר-פברואר של החברים המקבלים את "בשער". אני אתקן את הטעות בחיוב הבא ולכן הוא יהיה גדול מהרגיל. בבקשה שימו לב, אין זה בגלל שהמחיר השתנה, העיתון עדיין מסובסד באופן זהה, אלא בגלל שהחיוב המורחב ישקף 3 חודשים שנשכחו בגלל טעות שלי.

ולסיום, הגיליון הבא של בשער אמור לצאת ממש לפני פסח, יתכן, ועקב נסיעה אאלץ לדחות אותו בשבוע והוא ייצא רק ב-5.4 (באיחור של שבוע).

אאחל אירוע אורות נוצץ ומהנה לכולנו.

4 | צמיחה דמוגרפית

עמירם ויס ויהונתן בן צבי

6 | אוויר נקי

ביאטריס שתיל

7 | תרומת שיער

לי מרקוביץ'

8 | עדכון מהחינוך

10 | תרבות ופנאי

ספרים רבותי ספרים / טלי כלב

לי זה יצא טעים

בדיחת השבוע / ספי מנור

פינת התובנה / בועז בש מרץ

12 | יומני ריצה

13 | אורות בואדי

11 | לכבוד ט"ו בשבט

12 | תרבות ופנאי

לי זה יצא טעים / יעל טיקטין

פינת הספורט / יבל ברקאי

בדיחת השבוע / ספי מנור פלג

15 | היה היה

16 | שו"ת

דני נהב בשיחה עם נעמי שחם

מזל טוב לבועז בש מרץ' לרגל
יום הולדתו ה-50
נאחל בריאות, אושר, ריצות
ארוכות, קצרות, בעליות, ירידות,
עם ובלי אביזרים, והכי חשוב:
המשך פעילות פורה בשער (:
מאחלים באהבה, מערכת בשער
וכל בית הזורע

מזל טוב לרפי שדמון לרגל יום
הולדתו ה-75
נאחל בריאות ואושר, המשך
טיולים מרתקים בעולם עם
עירית וכמובן הרבה נחת
מהנכדים.
מאחלים באהבה כל בית הזורע

מזל טוב לזהבה כהן לרגל יום
הולדתה ה-70
נאחל בריאות, אושר, הנאה
מהנכדים ה"וותיקים" והחדשים
והמשך עשייה ברוכה בקיבוץ
ובחיי הפנסיה
מאחלים באהבה כל בית הזורע

מפגש בהזורע עם טובי כהן בנושא

צמיחה ודיר (דמוגרפיה) / עמירם ויס ויהונתן בן צבי

לתכנון מוקדם של הצמיחה הדמוגרפית חשיבות מכרעת בהבטחת קיומו של הקיבוץ וקיום תושביו. על צמיחה דמוגרפית תקינה, החשיבות שלה בקיימות הקיבוץ לאורך זמן והצעדים שיש לבצע על מנת לנתב את הצמיחה לתהליך הרצוי בכתבה הבאה

יש בהזורע כ- 27%.
כמות הצעירים (בגילאים 0-18) צריך להיות כ- 35% ולנו בהזורע יש רק 27%.
ללא "טיפול" במצב הדמוגרפי המוצג, תוך כ-10 השנים הבאות אנחנו מקבעים את "הפגם" הזה לשנים רבות. על מנת לתקן זאת על הזורע להמשיך ולקלוט לפחות 5 משפחות צעירות עוד לפני גיל הפוריות שלהם. כמובן רצוי שיהיו בני הקיבוץ אך אם לא עלינו להשלים את המספר הזה ע"י קליטה מבחוץ.

מדיניות הבינוי - תכנון הדיר, חייבת להתאים לחזון הקליטה. אחרת, לא תהיה קליטה! בנוסף הוא ייתן מענה ואופק לגרים כבר בקיבוץ.

איפה אנחנו היום? = איפה אנחנו רוצים להיות?

אז איך עושים את זה? (עבודה שתיעשה ע"י המשרד של טובי כהן או משרד אחר). המצגת המלאה שהציגה טובי נמצאת באתר הקיבוץ.

שלב א' אפיון:

1. יש לספק את מצאי הדירות
2. מה מדיניות המגורים והשיכון הקיימת
3. הגדרת הצרכים הנוכחיים בדיר - לפי אוכלוסייה קיימת מול המדיניות הקיימת
4. הגדרת סטטוסים של מבנים (גודל כמות חדרים וכו') לעומת

ללא "טיפול" במצב הדמוגרפי המוצג תוך כ-10 השנים הבאות אנחנו מקבעים את "הפגם" הזה לשנים רבות. על מנת לתקן זאת על הזורע להמשיך ולקלוט לפחות 5 משפחות צעירות עוד לפני גיל הפוריות שלהם. כמובן רצוי שיהיו בני הקיבוץ אך אם לא עלינו להשלים את המספר הזה ע"י קליטה מבחוץ.

סטטוס של זכאות

5. הגדרת הפערים - כלומר מה חסר על מנת לעמוד ביעדי המדיניות.

שלב ב' הגדרת המטרות - מה הקיבוץ מעוניין:

1. להגיע למבנה דמוגרפי בריא
2. צמיחה - הגדלת מספר החברים, באיזה קצב, מה הכמות, איפיון הנקלטים

שלב ג' פיתוח חלופות:

1. אילו יחידות דיר חסרות
2. מה נדרש לעשות לשם כך: למשל בניית יחידות דיר חדשות או איחוד דירות קטנות וכו'

שלב ד' פתרונות - מוצגות שלוש אפשרויות:

1. הקיבוץ יבנה מכספו
2. הנקלטים ישלמו על הבנייה
3. נחיה ונראה - כלומר המציאות היא שתכתוב את מה <<<

המפגש במועדון היה מאיר עיניים ומעורר מחשבות, קיבלנו מטובי אפשרות להציץ אל ההווה והעתיד לבוא בתחום הדמוגרפי של הזורע. לתכנון דמוגרפי ישנם השפעות רבות על הקהילה. עתידנו לטווח הארוך כקיבוץ עגום אם לא נשנה דרכינו ונקלוט יותר חברים. לפרמטרים דיר וקליטה יש השפעה גדולה על הקהילה של הזורע מבחינות רבות. טובי הציעה לנו ליצור מערכת כלים לקבלת החלטות בנושאים אלו של קליטה ודיר. **הקשר בין תכנון דמוגרפי עתידי לבין מצב הדיר** הוא קריטי! אנחנו רוצים לתמוך ברעיון זה. שני הנושאים האלו משפיעים וישפיעו מאוד על איזה קהילה הזורע תהיה בעתיד.

לדוגמא: אי קליטה או קליטה איטית תגרום לסגירת גנים וירידה באטרקטיביות של הזורע למשפחות צעירות. ירידה כזו תשפיע על ההכנסה של הקהילה מכיוון שגילאי העבודה הם אלה שאמורים לשלם את רוב המיסים. פחות חברים ופחות מיסים יגרמו לחוסר יכולת לתמוך במערכת השירותים הקיימת כמו ערבות הדדית, בריאות, תרבות וחינוך, חדר אוכל, מועדון לחבר ועוד...

מכאן אנחנו מבינים את החשיבות שיש בקליטה של משפחות צעירות כמנוע צמיחה חברתי וכלכלי, לטובת

השכבה המבוגרת שיש לתמוך בה היום ולטובת השכבה שהיום צעירה. ללא נקלטים חדשים לא יהיה מי שיתמוך בה בעתיד (סוף הקהילה והקהילתיות). כך למעשה כל שכבות הגיל בקהילה נפגעות בטווח הרחוק.

בנוסף, השכבות הצעירות (40-30) הן העתודה הניהולית שלנו, הן אלה שאמורות להיות פעילות בתרבות ובכל תחומי הקהילה.

כלכלי קבלת החלטות אלו חשיבות רבה בתכנון הקהילה שאנחנו רוצים להיות בעתיד. המטרה היא קהילה עמידה מבחינה חברתית, כלכלית עם שמירה על מגוון שירותים לגילאים השונים ויכולת ערבות הדדית לטווח ארוך.

לדבריה של טובי המצב הרצוי מבחינה דמוגרפית, זה שכל שנתון יהיה גדול מספרית מהשנתון שמעליו. בהזורע המצב אינו כזה ולמעשה יותר קרוב להיפוך מהמצב הזה! כמות המבוגרים (מעל 65) צריך להיות כ-11% ולנו

רב של משפחות בני אותו גיל ומצב משפחתי והיום הם ישובים מזדקנים שכמעט ולא ניתן לשנות בהם את המבנה הדמוגרפי כמו הישוב שימשית למשל שהתחיל עם כ-20 גנים ובית ספר גדול והיום יש בו 2 גנים בקושי ובי"ס עם מיעוט תלמידים. לא ביצעו הרחבות ולא קלטו צעירים בגיל פוריות.

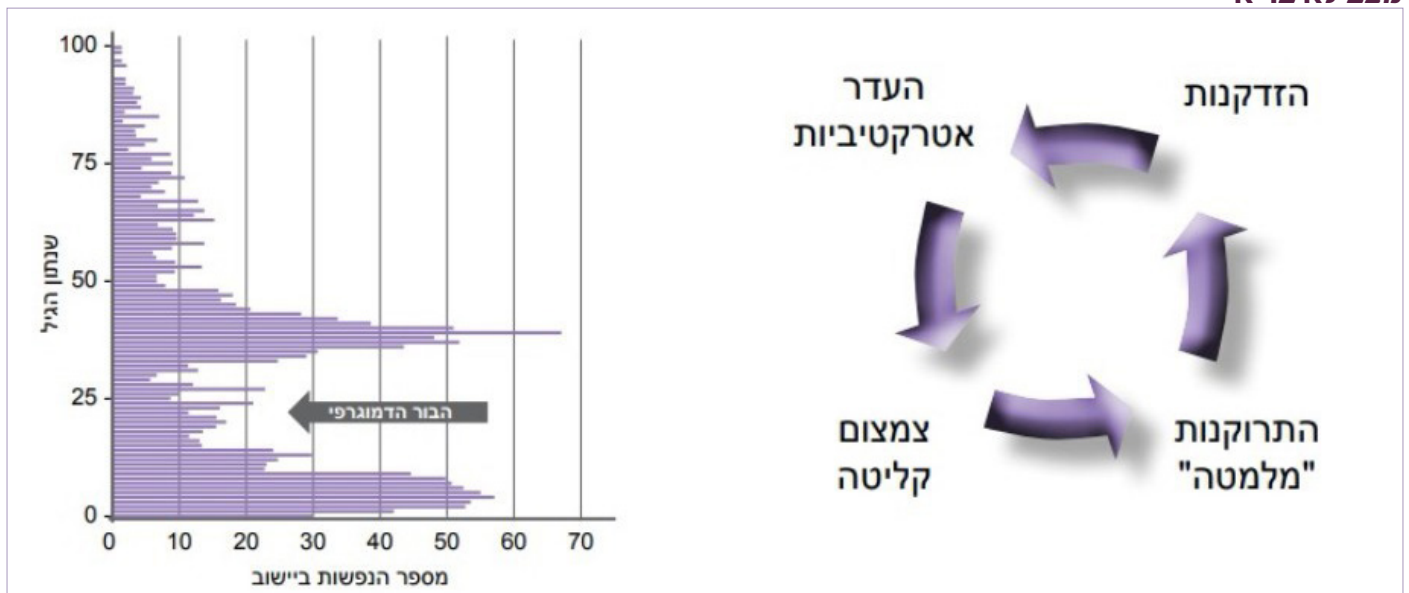
או קיבוצים שהחליטו על שיוך דירות ולכן הקיבוץ הפסיק להשקיע בבנייה, רק הנקלטים הם אלו שבונים. אבל לרוב האנשים בגיל הרצוי לקליטה (צעירים בגיל הפוריות ולפני הולדת הילדים) עדין אין את הכסף לבניה שכזו. היום ישנם קיבוצים שהזדקנו מצד אחד ואיבדו את היכולת לקבוע מי יהיו תושבי הקיבוץ מצד שני. מכאן החשיבות להיכנס לתהליך של יצירת כלים לתכנון הבניה במטרה לקרב אותנו תוך עשור למבנה דמוגרפי המאפיין חברה בריאה חברתית וכלכלית.

שיקרה זה מעמיד את השגת היעד הדמוגרפי מול הזדקנות הישוב.

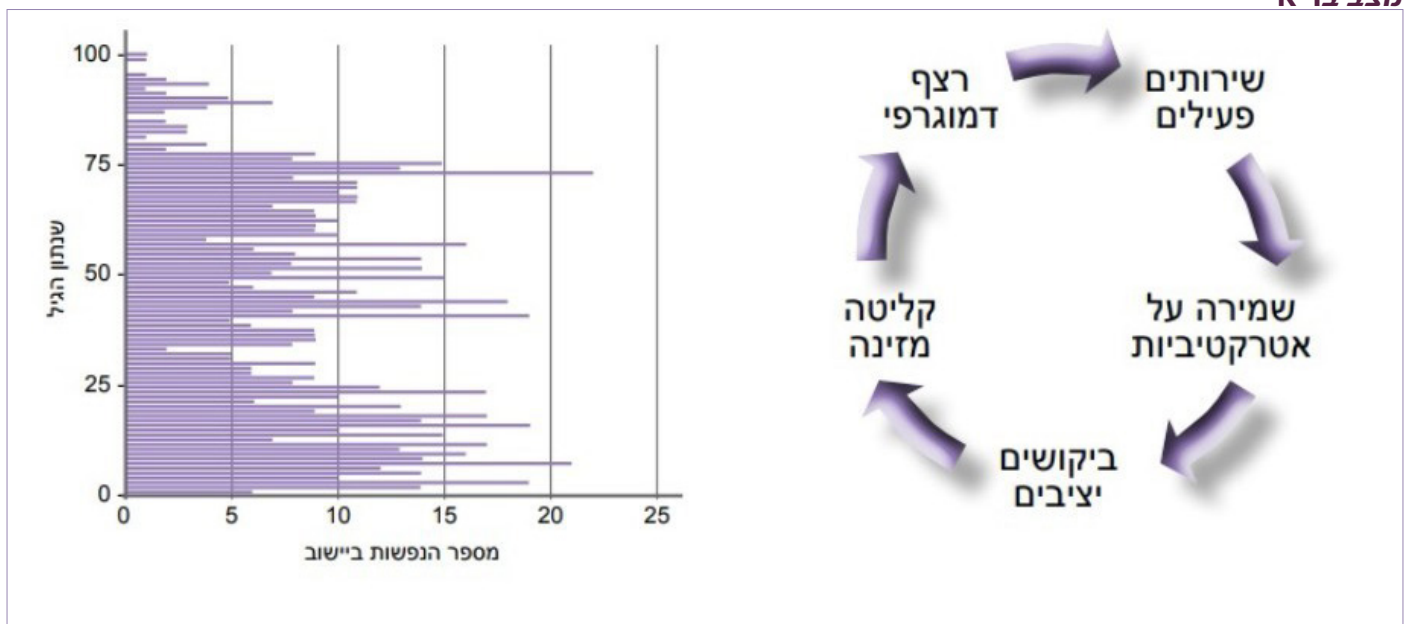
בכל מקרה הדרך לפתרון היא יצירת כלים לקבלת החלטות אנחנו למדים שכלים אלה לקבלת החלטות עוסקים בדיור וצמיחה אך למעשה משפיעים בצורה רחבה על כלל תחומי הקהילה. ולכן אנחנו נדרשים לתת להם את מלוא תשומת הלב עכשיו.

לכן אנחנו מציעים לקיבוץ הזורע לקבל החלטה איך הוא ייראה בעוד עשור, לשם כך לשכור שירות של איש מקצוע בתחום הדמוגרפיה, שיש לו את הכלים להתאים לנו בעבודה משותפת את הכלים לקבלת החלטות בתחום זה, רק אז נוכל להיכנס למערכת של החלטות שתאפשר קליטה מתוכננת המטיבה עם המבנה הדמוגרפי לעתיד של הזורע. בדיון נחשפנו לחלופות אליהן לא רצוי לנו להגיע: כמו למשל הישובים הקהילתיים שאוכלסו ע"י מספר

מצב לא בריא



מצב בריא



בשעה טובה פורום אוויר נקי התחיל לעבוד / ביאטריס שתיל

ציטוט מתוך מחקר שנעשה בקנדה:

"מעייבוד הנתונים עולה כי גם במצבים בהם העלייה בשיעור המזהמים שנמדדה באוויר בזמן שריפת יער נמצאה מתונה, נצפתה עלייה של 6% בשימוש במשאפים עד ארבעה ימים לאחר כיבוי השריפה. לדברי החוקרים, זיהום שנגרם עקב שריפות משפיע באופן חמור על הסובלים ממחלות ריאה כרוניות. כמו-כן, מדידת העלייה בשימוש בתרופות מצביעה על מגמה בבריאות הציבור עליה יש לתת את הדעת." "עשן מכיל מספר רב של חלקיקים זעירים החודרים לגוף תוך כדי נשימה ומשפיעים על מגוון מנגנונים פיזיולוגיים כמו נשימה ופעילות הלב. השפעת העשן על הבריאות תלויה במספר גורמים: משך החשיפה לעשן, ריכוז העשן, כמות הזיהום שנשאף וההיסטוריה הרפואית של אותו אדם."

מי בסיכון גבוה יותר להיפגע מחשיפה לעשן?

"קבוצות הסיכון העיקריות לחשיפה לעשן הן: תינוקות ופעוטות, נשים בהריון, סוכרתיים, מעשנים, קשישים ואנשים הסובלים ממחלות ריאה, לב וכלי דם כגון אסתמה, ברוניכס כרונית, אמפיזמה (נפחת) ואי ספיקת לב ועוד. כמו כן, ספורטאים ואנשים העובדים בעבודה גופנית מאמצת עלולים להיות רגישים יותר, עקב קצב נשימה מואץ המאפיין את פעילותם. ככל שהעשן סמיך יותר ומשך החשיפה ארוך יותר, הסיכון הבריאותי עולה."

עוד חומר למחשבה:

2 קיבוצים, קיבוץ אפק וקיבוץ חפציבה, החליטו שבקיבוצם לא מחממים עם קמינים. לא במקרה, באזור מפרץ חיפה המודעות גבוהה יותר לנזקי בריאות של זיהום האוויר.

שבת שלום מחברי פורום "אוויר נקי" ❁



דוגמאות נוספות של ארובות שפולטות עשן מזהם



ארובה ללא בידוד עם פיח ביציאה



ארובה של דני ארז ללא שוליים של פיח שחור



קמין של דני ארז

מטרות הפורום ופעולותיו

* בכוונתנו להיות במה לכל מי שסובל מהעשן שנפלט מהקמין שבסביבתו. אנו מזמינים את החברים הסובלים לפנות אלינו: לאושרי גבאי, לסמדר בראון, לרעי שרגאי, לביאטריס שתיל ולשרה מענית. אפשר לעשות זאת באמייל, בווטס-אפ או בטלפון. אנו מקווים באמצעותכם להבין איפה נמצאים מוקדי הזיהום גם בלי לעשות ניטור יקר.

* בכוונתנו לנהל שיחה עם בעלי הקמינים המזהמים במיוחד ולחפש ביחד דרך למנוע זאת עד כמה שאפשר.

* בכוונתנו לפנות למועצה האזורית, יחד עם קיבוצים שכנים שגם הם סובלים, ולבקש לחוקק חוק עזר שיקבע איזה תקן נדרש באזור שלנו וכיצד אפשר לאכוף אותו.

* בכוונתנו לכתוב מכתב אישי לכל החברים שייכנסו לשכונה החדשה ולנסות לשכנע אותם להתקין קמין בטכנולוגיה חדשה שלא מזהמת את הסביבה ואת ביתם הם. כן זה אפשרי! כבר היום יש שני קמינים בהזורע, שפועלים עם הטכנולוגיה הזאת (ראו תמונה). מדליקים את האש עם שלט כמו במזגן. קובעים את הטמפרטורה הרצויה, כמו במזגן. יש בעירה שלמה ולא נוצר פיח שבורח דרך הארובה. נכון, גם הארובה מבודדת. ביקרתי בביתו של דני ארז. הצילומים המצורפים הם מהבית שלו. גם הדר והלל ירון מחממים את ביתם באותה דרך. שימו לב לארובה שהיא ללא פיח בפתח היציאה.

* נכון, זה לא במחיר אפס. אך אם נתייחס לזה כהוצאה על בריאות - לא רק של הסביבה אלא כדאגה לבריאותו של כל משתמש וילדיו - הרי אנו מוציאים לא מעט על הבריאות וזאת הוצאה כדאית.

#תרומת שיער



לבנות וחברות הזורע, ברצוני לשתף אתכן בעשיית קודש. קרובת משפחה שלי חלתה בסרטן ושיער ראשה נשר בעקבות הטיפולים. שברתי את הראש כיצד ניתן לעזור לה לקנות פאה או לתקן עבורה פאה שקיבלה מחברה. אז, נזכרתי שכמה בנות מהקיבוץ ומחוצה לו תרמו שיער אצלי במספרה. את השיער שנתרם שלחנו לזיכרון מנחם לתרומת פאה.

התקשרתי מיד אליהם כדי לברר מה התהליך בו ניתן לקבל או לקנות פאה בשבילבת משפחתי. הם אמרו ואני מצטטת: "ממש, אבל ממש לא קונים אצלנו פאה אבל בהחלט ניתן לקבל כתרומה. בבקשה מלאי טופס ונחזור אליך".

ובאמת, מילאתי את הטופס במהירות ושלחתי אליהם בצרוף המסמכים הרפואיים שהם דרשו. לא עברה רבע שעה וכבר קיבלתי טלפון חזרה שמודיע לי שקיבלנו אישור לפאה טבעית אקולוגית חדשה. הם העבירו לי את הטלפון למספרה הקרובה לאזור מגורינו, בחיפה, לצורך קבלת הפיאה וביצוע ההתאמות הנדרשות עבור בת משתפחתי.

מיותר לציין איזה אושר הרגישה בת משפחתי כשבישרתי לה את הבשורה. פאה חדשה עולה בין 6,000 - 12,000 ש"ח וזו מעמסה כספית גדולה, במיוחד בתקופה קשה של התמודדות עם אתגרים בריאותיים.

לסיכום, אני מזמינה את כולכן עם שיער טבעי, לא צבוע, שאורכו מעל 25 ס"מ, לבוא ולתרום שיער אצלי במספרה.

מצורפות תמונות של שרון זינגר שתרמה לאחרונה את שיערה ובהזדמנות זו שרון, אני רוצה להודות לך, כן ירבו! תספורת חינם מובטחת לתורמות!

לי מרקוביץ'



פורים שמח ועוד עדכונים מהחינוך / עידית ומיכל

עדכון על חג פורים במסגרות השונות, על שיפוץ גן שקד, מחירי הגנים לחיצוניים במערכת, תוכנית "בית ספר של החגים" מטעם משרד החינוך ואחרון, לא כל כך חביב - תנועת קלאב וקולנועיות בסביבת הגנים ובית הספר

המרחבים, שבכל שנה מתאמנים שבועות מראש למופע הגדול שהפעם היה בנושא "הטרנדים", אותו בחרו ילדי קבוצת גומא (ו') שאחראים על הרמת המופע, כתבו בעצמם את כל קטעי הקישור, התמודדו עם לחצי הבמה והביאו לנו מופע מושקע, מוצלח מהנה לכל מי שבא לצפות.

תודות למדריכות הנפלאות ולהורים שהתגייסו בכול הכוח למשימות האביזרים, צילומים והכנה וחיסול א. הערב החגיגי שהוגשה לאחר שהתרגשות עברה. נעורינו שאת רובם לא הצלחנו לראות בשבועות

עדכון פורים

פורים השנה נחגג בשמחה רבה בסוף חודש פברואר תחילת מרץ, מזג האוויר מתעתע בנו פעמים רבות, בלילה גשום ובבוקר השמש יוצאת ומייבשת את הדשאים והשבילים, בין קור לחום הילדים התחפשו ושמחו במדרכות הקיבוץ, הכינו משלוחי מנות ועברו בענפים השונים ואיחלו חג שמח לכל הסובבים.

הגיל הרך רקד בעדלאידע המסורתית שמעבירה דפנה שרגאי בבוקר ואחר הצהרים שיחקו והשתוללו בהפנינג הנפלא שנערך באזור חד"א.



פורים במועדון לגיל הרך



חלוקת משלוחי מנות לגן סביון - פעילות המרחב הצעיר



פעילות פורים במועדון לגיל הרך



פעילות בחברת הילדים



פעילות משלוח מנות של המרחב הצעיר



פעילות פורים בחברת הילדים

החוץ החל משנת הלימודים הבאה ולהתחיל לצמצם את הפער.

בית ספר של החגים

בתקשורת מדברים רבות על יוזמת "בית ספר של החגים" שיזם השר בנט, תוכנית זו באה במטרה לתת מענה להורים בחופשות החגים הארוכות, כמו בית-הספר של הקיץ אשר במועצה שלנו מתקיים בעומרים. המועצה נתקלה בקשיים רבים להפעיל תוכנית זו ולכן החליטה כי התוכנית תפעל רק ביישובים אשר נכנסו השנה לפיילוט של תוכנית ניצנים. אנו לא שייכים לפיילוט ולכן לא מפעילים את היוזמה וממשיכים לעבוד כרגיל.

קלאבים וקולנועיות בחינוך

תופעת נסיעת קלאבים בשעות הבוקר ואחה"צ כאשר מביאים ולוקחים את הילדים אינה נגמרת, קלאב הוא כלי תחבורה, גם אם הוא נוסע לאט, הוא יכול לפגוע בילד אשר עדיין אינו בעל יכולת שיפוט והפעלת שיקול דעת כשל אדם מבוגר. איננו רוצים להיות בסיטואציה של תאונה כזו או אחרת.

אנו מבקשות מכל ההורים, סבים וחברי קיבוץ לא להיכנס עם קלאב בשעות הבוקר 8:00-7:00 ושעות אחה"צ 17:00-16:00 לשטח הפנימי של בתי הילדים. ניתן להחנות אותו מאחורי רקפת ואפרוח או לצידי משרדי החינוך. אנו נסמן את השבילים ונשים גם שלטים לתזכורת.

 **נאחל אביב שמח ממערכת החינוך!** 

האחרונים, מכיוון שהיו עסוקים בהרמת מסיבת פורים אזורית ברעות, נהנו ממסיבת פורים שמחה ואנרגטית הבנויה כולה על רעיונות, יוזמה ויצירתיות שלהם.

חג פורים הוא חג שמח, אך לעיתים גם סוער עבור הילדים, השתדלנו לערוך את החגיגות בצורה המתאימה ביותר בכל גיל ובכל מסגרת, כדי שהחג יישאר כמזכרת מהנה ותהיה ציפייה לשנה הבאה.

עדכון פסח

ופנינו כבר לקראת החג הבא... פסח, ברצוננו להזכיר כי המערכת תהיה סגורה בערב פסח ובערב החג השני (חמישי 5.4) המערכת תהיה פתוחה עד השעה 13:00 וביום שישי כולנו ננוח בשבתון לקראת המימונה.

עדכון משיפוץ גן שקד

אנו בפתחה של המחצית השנייה של השנה, שיפוץ שקד מתקדם בקצב מהיר ואנו כבר בחשיבה כלל מערכתית בשיתוף ועדת חינוך על המיקום המתאים והנכון חינוכית לכל קבוצת גיל.

מחירי חינוך לחיצוניים

כחלק מההכנות לשנה הבאה, ערכנו בחינה מחדש של מחירי החינוך בהתאם לצורכיה הכלכליים של המערכת, ישנו פער לא קטן בין המחיר אותו משלמים הורי החוץ כיום לבין המחיר האמיתי שעולה לחנך ילד במערכת, כאשר הקיבוץ משלים פער זה. הנתונים הובאו לוועדת חינוך אשר החליטה להעלות את המחירים ב-10% להורי

טקס ערב יום הזיכרון לשואה ולגבורה בהזורע

"לכל איש יש שם"

במסגרת טקס ערב יום הזיכרון לשואה, אנחנו רוצות, כמו בשנה שעברה, לייחד חלק שבו חברי קיבוץ יקראו את שמות קרובי משפחתם שנספו בשואה. אנחנו מאמינות שזאת צורת הנצחה שתאפשר לחברים להעלות את זכר יקיריהם ולשתף את כל הציבור.

חברים המעוניינים להשתתף מוזמנים לפנות לאחת מחברות הצוות:

סמדר בראון - טל' 052-3990205

טובה חגי - טל' 052-3990523

גילה טוט - טל' 052-3990233

לנה נוימרק - טל' 052-3990283

צוות יום השואה



ספרים רבתי ספרים



הטבח / הארי קרסינג
 ביקורת ספרות מאת טלי כלב

מסולקים בערמה מן הדרך. כל מי שמהווה לו מכשול בדרכו, בין אם מודע לכך או לא, ייעלם, יחלה פתאום, יאבד עניין מעצמו או יסולק בכוח הזרוע. בעלי העסקים בעירה מפחדים ממנו ועד מהרה גם תלויים בו לפרנסתם, הוא גם אינו מהסס להשפילם ולהפכם למשרתיו ונושאי כליו כל אימת שנכנס לפונדק זה או אחר. בכל מקום הוא מתנהג כאילו הוא בעל המקום, כולם עובדים אצלו. אבל במקביל, וזה הכי מפחיד בעיני, רובם נושאים אליו עיניים מעריצות, כאילו בלעדיו אי אפשר וכלום לא יתנהל כשורה וזאת למרות שיותר ויותר הוא עושה פחות ואחרים עובדים בשבילו. גם הדמות החיצונית שלו משתנה, מגבוה רזה ודק הוא הופך לדמות גדולת מימדים ועצומה. במובן זה הסיפור מכיל אלמנטים של סיפור אגדה.

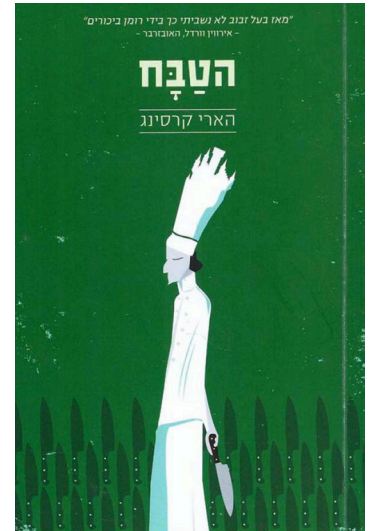
הספר הכתוב בפשטות קולחת, סוחף קצת כמו בולמוס אכילה. ממסקרן הוא הופך עד מהרה למצמרר. הקורא חייב לדעת לאן מועדות כוונותיו של קונרד, לאן הוא רוצה להגיע? מה הוא רוצה?

למה מצמרר? כי הוא מספר את סיפור טבעו של שלטון. מצמרר כי זה אקטואלי לנו יותר מתמיד. זהו משל למתנהל בעיר או מדינה מתוקנת כביכול. אני תוהה האם כדי להצליח להיות מנהיג, באמת מחויב הדבר בתככים, שרירות לב, הפגנת כוח אלימות. האם בבסיס קבלת השלטון, תחת אצטלת ההסכמה, חייבים להיות שררה ופחד?

הרי בלתי נמנע מלהביט על השלטון שלנו היום. עם כל פרשיות השחיתות ולשאול לאן הם רוצים להגיע? כל זה לשם מה? עוד ממון? עוד כוח והשפעה? האם יש אידאל מניע? מטרת על?

גם בספר אין תשובה לכך מלבד נהנתנות שמהר מאד הופכת לחזירות והתבהמות. גם בספר, הטירה, בהנהגתו של הטבח שהשתלט והפך לאדון החדש, הכול שופע נשפים והילולות, תבשילים וסירים מבעבעים. העיירה נראית כביכול שוקקת חיים אבל הבסיס קר, כוחני. ההוגן והמוסרי לא מנצח, ההוגן הוא תמים חלש וטיפש. אבל המתבונן מבחוץ החולף בעיירה

השופעת כביכול (שמאגריה מתדלדלים והולכים) לא יודע את האמת והמתבונן מבפנים מפחד או נהנה מטובות הנאה. כמו שאמרת, מצמרר.



"תשע נשמות" ו"הכורסא" חברו יחדיו להוציא לאור יצירות מופת מהעבר. הספר הטבח יצא לאור ב-1968. הארי קרסינג הוא שם העט של הארי אדם רובר, שהיה עורך דין ומת ב-1990. הסיפור עובד לסרט בשם Something for Everyone

עלילת הספר נפתחת בתיאור נוף מפורט של העיירה קוב (Cobb) מנקודת מבטו של קונרד. קונרד, הטבח, המגיע לריאיון עבודה אצל המשפחה המיוחסת בעירה. מראהו גבוה מאוד (למעלה משני מטרים), רזה מאוד,

לבוש כולו בשחור ונראה כמו "עיט שחור רעב", קצת הזכיר לי את דמות השטן מאמן ומרגריטה של בולגקוב בכיסו הוא נושא סכין עם "להב מרושע למראה", שלא ברור למה ישמש.

קונרד, טבח גאון, מוכשר וכריזמטי בצורה בלתי רגילה מתגלה עד מהרה גם כקר, אכזר וכוחני. הוא מצליח להשפיע ולרתום לרצונו את כל ההתנהלות בעיירה ותוך זמן קצר כולם סרים למרותו. אמצעי השליטה שלו הוא הבישול. באנגלית שם הספר הוא The Cook, שמרמז גם על מה שהוא "מבשל". דרך האוכל, אנשי מפתח נעשים חולים או בריאים, שמנים או כמושים, אדוניו הופכים בדרך בפלא לעובדי המטבח שלו והוא הופך לאדונם

וכל זה תוך כדי הערצה גמורה אליו. מי שער למעלליו ומתנגד לו, כדוגמת סוכן וסוכנת הבית של המשפחה אליה הגיע לעבוד, שמסרבים לסור למרותו ולאבד מסמכויותיהם,

קונרד, טבח גאון, מוכשר וכריזמטי בצורה בלתי רגילה מתגלה עד מהרה גם כקר, אכזר וכוחני. הוא מצליח להשפיע ולרתום לרצונו את כל ההתנהלות בעיירה ותוך זמן קצר כולם סרים למרותו. אמצעי השליטה שלו הוא הבישול. באנגלית שם הספר הוא The Cook, שמרמז גם על מה שהוא "מבשל".



עוגיות בריאות / מומלצות מהאופה המעולה מהשכונה

מצרכים

- 1 חבילת מרגרינה
- 1 כוס סוכר חום
- 1 כוס סוכר לבן
- 2 ביצים
- 1 כפית תמצית וניל
- 2 כפות מים
- 1.5 כוסות קמח
- 1 כפית סודה לשתייה
- 1 כפית מלח
- 3 כוסות קוואקר
- 1 כוס שוקולד צ'יפס
- 1 כוס אגוזים קצוצים

אופן ההכנה

1. מערבבים את כל המצרכים יחד
2. מניחים בעזרת כפית כדורים על תבנית מכוסה נייר פרגמנט
3. זמן אפיה כ-20 דקות בחום בינוני.



בתיאבון! ✨



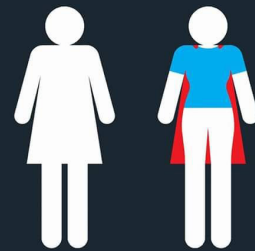
פינת התובנה / בועז בש מרץ'

סטיגמות ופרדיגמות

כדי לייעל את פעולותינו פיתח מוחנו שיטה מהירה ל"תפישה" של מצב ו"דיעה" על אחר. במקום לחשוב על מצב קיים שבד"כ מורכב ומושפע מגורמים שונים שאיננו יודעים עליהם - אנו משתמשים בתבנית מוכנה שנקראת **פרדיגמה**. כך נוכל לפעול ולהביע דעה על מצב מורכב ללא הצורך לחשוב, לבדוק, להצליב מידע ולהטיל ספק באופן מהיר. באופן דומה, אנו בונים תבנית מוכנה לאופיו ויכולותיו של אדם אחר (המבוססת על ההיכרות החלקית שלנו אתו מהעבר) ותבנית זו נקראת **סטיגמה**.

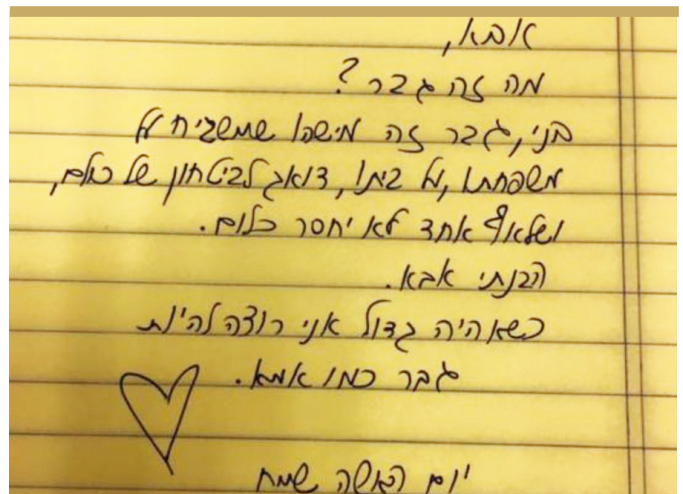
היתרון בשימוש השוטף בפרדיגמות וסטיגמות - לא צריך לבדוק ולהטיל ספק בעצמנו ויכולים מהר להגיב. החיסרון בשימוש - אנו טועים במקרים רבים בשיפוטנו ובהתאם - פעולותינו עשויות לגרום עוול ונזק. ואיפה פועלים מנגנונים אלו באופן השכיח (והבעייתי) ביותר? - בקהילות קטנות בהן כולם "מכירים" את כולם...

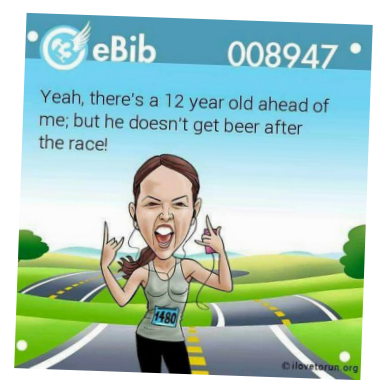
בדיחת השבוע / ספי מנור-פלג



It was never a dress.

לא מבין מה ההיגיון לקבוע את יום האישה דווקא על יום חמישי כשהיא צריכה לנקות את הבית ולבשל אוכל לשבת





יומני הריצה - תכנון ופיקוח האימונים / בועז בש מרץ'

מהיר (לא מקס') ואחיד, אימוני עליות (וירידות...), אימוני "פרטלק" (שינויי קצב), אימוני מתגברות (מלאט למהר), אימוני אינטרוולים (חיקוי יוסיאן בולט), אימוני שחרור וגולת הכותרת האהובה עלי: הריצה הארוכה. לדעתי מכולן, בעדיפות גבוהה גם לאצנים צנועי מטרות - אימוני הקצב, העליות, הארוכה והשחרור.

אימוני ספורט משלימים

למרות שריצה מגוונת נותנת מענה למערכות שרירים ו"לב ריאה" רבות ואימון מושכל מפחית את הסיכוי לפציעות ומכאובים, רצוי מאוד להוסיף גם פעילויות ספורט משלימות לשתי מטרות:

אימוני חוזק לשיפור "שרירי הליבה" (בחדר כושר, בבית או בחוג) ואימוני גמישות (חוגי פילאטיס, יוגה ותרגילי בית) לשם הגנה על תופעות עומס השרירים ו"חריקות המפרקים"...

לסיכום

רצוי לתכנן שבוע אימונים ולפקח על ההוצאה לפועל, לתכנן בהתאם לאופי ולמטרות האישיות שלנו (מאוד משתנה מאדם לאדם) ו"לרמות" רק לעיתים רחוקות (אבל אז לא להרגיש רע, בסופו של דבר כדי להתמיד עלינו ליהנות!) למי שמתכנן מטרה גדולה - שיבנה תכנית או ישיג תכנית סדורה לטווחים הארוכים יותר (חצי שנה עד שנה למרחקים שהם קפיצת מדרגה)

כל מי שרץ למטרות בריאות, כושר ושיפור הישגים צריך לתכנן ולפקח על אימוני הריצה. תכנון ופיקוח אימוני הריצה לא חייב לפגוע בכיף, בהנאה וב"פאן הרוחני" שלה. ברור שמי שמתאמן למטרת הישג גדולה לא יוכל "לעשות מה שבא לו" ולוותר תדיר על אימונים, או אפילו על סוג ועוצמת האימון, אבל יש גם באימוני חתירה למטרה הישגית מרכיב גדול של הנאה שאיננה רק מעצם ההישג (שיפור מול עצמי, השגת מטרה) חלק מהאימונים חייבים להיות ניוחים יותר וגם דחיית או ביטול אימון "פעם ב" לא תפגע בתכנית הכוללת. לרצי המטרות הגדולות במיוחד מומלץ להתאמן עם מאמן ריצה ו/או תכנית אימון מקצועית כגון התכניות שמוצעות ב"סובב עמק" אבל ישנם כמה עקרונות שנוכל כולנו ליישם גם ללא תכנית אימון מקצועית על מנת לתכנן ולפקח נכון על אימוני הריצה שלנו (גם למטרת הימנעות מפציעות).

עקרון הכמות

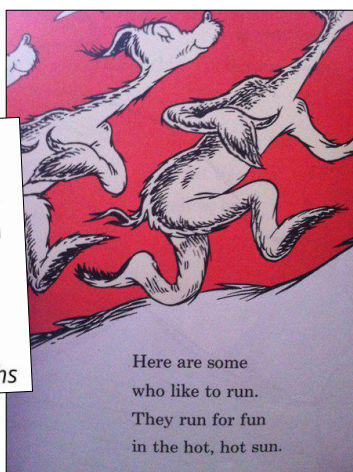
החיים מציבים לנו לא מעט "עיזים" שמקשות עלינו לצאת לאימונים שבועיים קבועים, אך אם אנו מעוניינים בשיפור בריאותנו וכושרנו (עם או בלי מטרה הישגית) על התהליך להיות מתמשך וקבוע. לפי מחקרים, ריצה פעם בשבוע לא מספיקה (אלא אם כן היא חלק מאימון הליכה בשאר הימים) המינימום המומלץ הנו 3-5 פעמים בשבוע במרחק, זמן ועוצמה משתנים. תוכלו גם להבחין כי כאשר מבצעים יותר אימונים, הגוף מתרגל והאימונים נהיים "קלים" יותר (למעשה היכולת הגופנית משתפרת והאימון מרגיש קל יותר)

עקרון 80:20

במאמרו המצוין של המאמן פנו קוטר (שמבוסס על ספרו של מאט פיצי'ג'רלד) מוסבר הרציונל והפירוט של חוק ה-80:20 ועיקרו: עלינו להתאמן ב-80% מהאימונים בעצימות נמוכה ורק ב-20% מהאימונים בעצימות בינונית וגבוהה! כך יהיה לגוף זמן להסתגל, להתאושש וליישם את גירוי המאמץ לשיפור גופני אמיתי (במקום לשחיקה ופציעות) קישור כאן.

עקרון הגיוון

גם בהתאם לחוק ה-80:20 וגם על מנת לפתח יכולות ומערכות שריר שונות להן אנו זקוקים, עלינו לגוון מבחינת אופי וסוג האימונים. אימוני קצב או "טמפו" המבוצעים בקצב



"Let's wake up super early and go run really far."
-psychopaths

בטור הבא - סוגים של והתמודדות עם פציעות ספורט שבת שלום!



אורות בואדי - 2018

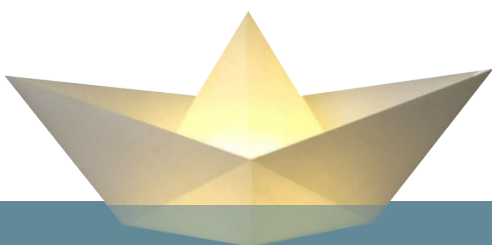
ביום שישי, 16.3.18
בין השעות 18:00-22:00

יתקיים "חג הנחל" - לאורך נחל השופט בקיבוץ הזרע
האירוע יכלול: מיצגי אור, נגינה, שירה, בתי קפה ועוד...

האירוע בתמיכת מועצה אזורית מגידו - מחלקת תרבות
כל תושבי המועצה מוזמנים.

הכניסה חופשית!

*** בבקשה לא להחנות כלי רכב לאורך הוואדי ביום האירוע.
לא תתאפשר נסיעה בכלי רכב לאורך המסלול.



מיצג עצים - אפרת פרייס

הטחנה

מיצג שמעון ויוחאי

דרור & ענבל

צנצנות

קפה מתחת לעץ



חסות

טווס

רשת דייגים

קיאק

לוכדי חלומות

החממה



המוזיאון

תחנת הגד"ש

תחנת הגד"ש

מטריות

פלמינגו

פרחים - איתמר נהב

ה-גלגל

בית קפה
'הכובען המשוגע'

"אשליות"

סרט הפורר

מורים וטיבי

וידאו ארט

נעורים - ספינת פיראטים

טיטניק

שובך

סירת לדים

מדגה - בריכת דגים

דרקון

ערפל



מקרא

ואדי

גשר

מסלול

סימון נקודת תצפית



לפני 75 שנים בדיוק, במרץ 1943, התרחשה פרשיה מסעירה שנמשכה עד פברואר 1944. "המקרה" קראו לה, במשך עשרות שנים, מפאת הבושה שבאיזכורה הגלוי / צוות הארכיון

מכונית גנובה, מעודפי הצבא הבריטי, נקנתה לקיבוץ בלי ידיעת החברים. כשנודע הדבר לחברי המזכירות הם דרשו להחזירה למוכר. לצורך ההחזרה הוחלט שבמכונית הגנובה ייסעו יהודה שלייסנר וארנא זמיר, ומאחוריהם ייסע זאב פלד עם מכונית "חוקית" כדי להחזירם הביתה.

אולם, בדרכם למסירת המכונית נתפשו יהודה שלייסנר וארנא זמיר על ידי הבריטים במכוניתם הגנובה. הבריטים כמובן לא התרשמו מהכוונות של הצעירים להחזיר את הרכוש הגנוב ואסרו את שניהם. זאב, שנסע ממש מאחוריהם הבחין שהשתבשו העניינים והסתלק מהמקום. וכך, למחרת נאלצו כל המעורבים בפרשה – (חברי המזכירות מאיר מירון וברוך רפאלי וזאב פלד) – לצאת "לגלות" עד יעבור זעם ושהו בישובים שונים חודשים ארוכים. הנהגים שנאסרו שוחררו חזרה הביתה לאחר מספר ימים. מפאת הבושה כונתה הפרשה "המקרה" ובמשך עשרות שנים היא נשמרה כסוד שהשתיקה יפה לו.

וכך מספר אשר בן ארי בזיכרונותיו*:

"יום אחד, באביב 1943, כאשר חזרתי מנסיעה לירושלים, שם טיפלתי בעניינים שוטפים, קיבל אותי וורנר הגיזבר, ואמר לי: "קנינו משאית!". למראה ארשת הפליאה שהבחין בפני הוא הוסיף שנפלה לידנו הזדמנות אותה אנחנו מוכרחים היינו לנצל מיד, ולא היתה שהות להתייעצות. שאלתי: "איזה אוטו קניתם?" וורנר, שלא היה בקיא בענייני מכוניות, ענה שנדמה לו שזוהי "אינטרנשיונל".

רציתי לראות את המכונית, הרי בעצמי עבדתי בעבר בנהגות, אך הוא אמר שאי אפשר להסתכל במשאית. היא עומדת מאחורי הנגריה, מכוסה בברזנט גדול. שוב השתוממתי: "מה התועלת במשאית שנחוץ להסתירה תחת ברזנט גדול?". הוא הסביר שצריך לטפל במשרד הרישוי בהשגת מספר רישוי למשאית ואז כמובן היא תוכל לנוע בכבישים... הלכתי לזאב שיזם וביצע את הרכישה, כדי לקבל הסבר נוסף על הקניה הבהולה הזו, שהיה צריך לבצע בזמן העדרי ובלא ידיעתי, למרות היותי חבר במזכירות הפעילה, והבנתי שמדובר היה במשאית מרכוש הצבא הבריטי שמצאה דרכה אלינו באמצעות מתווך מסוים"

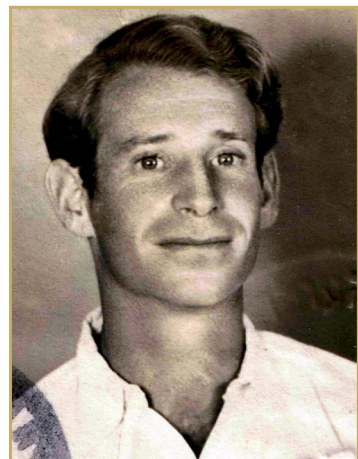
*למתעניינים ניתן למצוא את הזיכרונות המלאים של אשר (7 עמודים) בארכיון הקיבוץ.



יהודה שלייסנר שנות ה-30



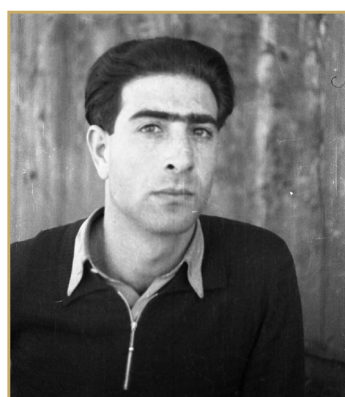
ברוך רפאלי



מאיר מירון



זאב פלד



ארנא זמיר בשנות ה-30



10 שאלות ותשובות עם נעמי שחם



גיל: 75

מצב משפחתי: אלמנה עם חבר + 5 ילדים + 17 נכדים + כלבה בשם ג'ולי.

מקצוע: מזכירה רפואית ב-25 השנים האחרונות. לפני כן 25 שנה בחינוך.

1 מה הזיכרון הראשון שלך?

זיכרון ממה שנקרא "בית קמפ" (שם המשפחה שהוחלף לקמון) - בית הוריי הראשון בהזורע. כשהייתי בת שנתיים ורבע, בשנת 1945, עברנו משדה ורבורג להזורע. בקבוץ הייתה מצוקת דיור קשה ולכן הוריי הביאו איתם סוג של בית - בטונדה של קירות מחוברים בברגים, ששימשו לפני כן לגידול אפרוחים במושב - קירות אותם הרכיבו מחדש. הדירה הייתה קטנה וצפופה, אך לא די בכך ששימש את הוריי אלא שבשל מצוקת הדיור צורפו לה גם דבורה ורפאל תבור עם בנם הבכור ואל. הזיכרון שלי אינו על צפיפות וקושי אלא דווקא על הכיפי שהיה מנת חלקי בבילוי בשעות אחר הצהריים בחדר הקטנטן, יחד עם אחי הגדול מיכאל ועם ואל. המצוקה וחוסר האינטימיות היו מן הסתם מנת חלקם של ההורים...

2 מה הדבר האחרון שחיפשת ב"גוגל"?

לוח ההצגות של הצגת התיאטרון הקאמרי "סוס אחד נכנס לבר" לפי ספרו של דויד גרוסמן. את הספר קראתי אך לא הצלחתי לגמור... לאחרונה שמעתי שההצגה מצויינת ואני רוצה לראות היכן ומתי נוכל לחזות בה.

3 מהו התחביב הכי משמעותי שלך כיום?

"לבלוע את העולם" [סוף ציטוט]. לטייל ברגל במרחבי הארץ בחוג שהיה של דן אשכרי, ובטיולים חוויתיים ומעניינים בארץ ובחו"ל. בשנים האחרונות בחו"ל לוקחת חלק בטיולי ג'יפים עם בן זוגי אברהם, מקיבוץ רמת השופט. כבר מתכננת לטיול הקרוב ליוון ההררית. בנוסף, אני צרכנית תרבות מכול סוג - הצגות, קונצרטים, אופרות ועוד - כל מה שפנסינר יכול לממש ומי שעדיין אינו פנסינר יכול רק לחלום עליו.

4 מהו החטא הקטן שלך (ה"גילטי-פלז'ר")?

אני מכורה ל..."סוליסטר" לפני השינה [משחק קלפים שניתן לשחק במחשב או בטלפון]. משחקת לפני השינה כשאני עייפה אבל אין לי כוח להרים את עצמי וללכת לישון. "חטא" נוסף שיוצר אצלי סוג של רגשי אשמה הוא שאני לא מצליחה לשכנע את עצמי לצאת לצעידות סביב הקבוץ, כפי שבעצם הייתי רוצה.

5 אם היו נותנים לך שעה - היכן בעולם היית רוצה להיות?

במקום בו זכיתי ל"שוק-נוף" בקיץ האחרון בטיול לקירגיסטן. לקראת סוף הטיול הגיפים עלו לפסגה והמדריך ביקש בקשר מכולם, פרט לנהגים, לעצום עיניים. כעבור כמה דקות, כשקיבלנו אישור לפקוח את עינינו, נגלה לנו נוף נהדר של הרים מושלגים, אגם ונהר. מקום שלא רוצים להיפרד ממנו, ותמיד כדאי לחזור אליו, ולו לשעה אחת.

6 מהו הפיספוס שלך?

פיספוס שמלווה אותי כול יום הוא בידיעה שנדב עזב אותי ואותנו בגיל צעיר מדי וההפסד שלו בייחוד כסבא לנכדים שהכיר ולאילו שלא זכה להכיר. מעבר לפיספוס הזה אני חשה סוג של פיספוס מסוג אחר לגמרי בכך שלצערי לא זכיתי להיות אימא בלינה המשפחתית. תמיד מדברים על הילדים שהיו בלינה המשותפת והפסידו את חווית הלינה בבית ההורים, אבל גם אני כאימא מרגישה שהפסדתי משהו מאוד משמעותי - את החוויה של גידול 5 ילדים בבית. יש לי צער על כך שלא עברנו ללינה משפחתית שנים קודם אלא רק לאחר שכול ילדי כבר היו גדולים יחסית. ועוד פיספוס שגם קשור לאורחות החיים בקבוץ של פעם: עד גיל שנתיים, כשחיינו במושב, ההורים והסבים דיברו איתי גרמנית. כשהגענו להזורע אסרו לדבר גרמנית, ומעבר לעובדה שזה פגע בתקשורת שלי עם סבתי, שמאוד אהבתי, הפיספוס הוא בכך שהפסדתי את היכולת לדבר בשפה נוספת. חבל.

7 משהו שאת שואפת להגשים בעתיד?

לכתוב, ואם לא אז להכתוב למישהו, את זכרונות ילדותי, אותם אני זוכרת מצויין. רוצה להעביר את הזכרונות לילדיי, נכדיי ולניני לעתיד. ליד המיטה יש לי מחברת בה אני כותבת רעיונות וזכרונות שעולים בי ומכינה סוג של ראשי פרקים.

8 ספרי משהו שלא יודעים עליך.

יש לי כפילה - נעמי מרמת הכובש (אין הכוונה לנעמי שריד). גדלתי שנים בידיעה שיש עוד נעמי, שנולדה באותו היום כמוני ושהאימהות שלנו יצאו יחד מבית היולדות בלינסון כשכול אחת מחזיקה בחיקה את הנעמי שלה. ביום הולדתי ה-50 אמרתי לאימא שלי שאתקשר לנעמי הכפילה שלי. הייתה התרגשות גדולה! שוחחנו ארוכות, עשינו "ספירת מלאי" וגילינו קווי דמיון רבים - שתינו "גנבנו" בחורים מגבעת ברנר, לשתינו 5 ילדים, עשינו רשיון מעט לפני גיל 50 בטסט ה... שישי, ועוד כהנה וכהנה. מאז אנחנו מתמידות לשמור על קשר.

9 תכונה אחת בך שהיית שמחה להיפרד ממנה.

אני נורא נאיבית ויכולים לעבוד עליי ללא קושי. אני נופלת הרבה פעמים בפח כי מאמינה לכול אחד. קצת פחות תמימות, על אף היופי שיש בה, לא הייתה מזיקה לי.

10 משהו שמרגיז אותך ואת לא אוהבת ומשהו שאת אוהבת בהזורע?

לא אוהבת: כמעט ואין דברים שמרגיזים אותי. נוטה לראות תמיד את החיובי. אם יש משהו שממש מפריע לי בהזורע אלו הם מרכזי איסוף האשפה המוזנחים. אמנם יש לאחרונה שיפור מה אבל עדיין אותן פירות נראות לא פעם מלוכלכות ונעדרות כול אסתטיקה ומעידות על זלזול שלנו ב"חצר האחורית", שלא פעם היא קדמית, במרחב הציבורי שלנו. **אוהבת:** אוהבת ומאושרת עם השינוי באורחות החיים שעבר על הקיבוץ שלנו לפני מספר שנים. לא תיארתי לפני שביצענו את השינוי עד כמה הוא יעשה טוב לחברה שלנו. מאז השינוי אני רואה שינוי התנדבות רבה, יוזמה ועשייה ברוכה, ובעיקר נושבת רוח טובה בין החברים. אין כבר את אותה קטנוניות של כניסה אחד לחיי השני. אני מאמינה שיש לי שותפים רבים ביחס החיובי והאוהד לאותו שינוי שעברנו ושעליו אני מברכת כול יום.

תודה לנעמי על גילוי הלב והנכונות לחשוף מעט מעצמה לכולנו.

להתראות בעיתון הבא עם "גיבור" או "גיבורה" נוספים שמוכנים לחשוף בפנינו מעט מרחשי, הרהורי וסודות ליבם. ובינתיים, תחשבו מה אתם הייתם עונים.

ראיין: דני נהב