

# קבית

שבועון קבוצת יבנה



א' בכסלו תש"ף

(29.11.19)



## שבת פרשת תולדות

צאת השבת - 17:16

כניסת השבת - 16:14

1381

## שבת פרשת תולדות

### ליל שבת

הדלקת נרות	16:14
מנחה, תפילת ערבית ולאחריה, שיעור פרשת השבוע של הרב אילעאי	רבע שעה לאחר הדלי"ג

### שבת

דף יומי בבית המדרש	07:00
תפילת שחרית / לאחר התפילה יתקיים שיעורו של יאיר לסלוי	08:00
תפילת ילדים בקומת הביניים של בית הכנסת	09:30
תפילת מנחה גדולה	13:00
שיעור בספר תהילים בבית משפ' נח חיות	13:20
תפילת מנחה קטנה ולאחריה שיעור "צורבא מרבנן"	16:14
צאת השבת	17:16
אסיפת חברים עס"ה: הרמת כוסית, ו. מינויים, הצעת ה-30 בשני נושאים.	21:00

**מלך ליואב וניצה איתן** לבר המצווה של הנכד אלון, בנם של נדב וארי.  
**מלך ליהודה ומזל גוטליב** עם הודעתו המשמחת של אריאל שיש בכוונתו להינשא לעדי.



## מְלוּוֹה מַלְכָּה



במוצ"ש הקרובה, לכבוד ר"ח כסלו, נקיים "מלווה מלכה" בבית סביון מיד לאחר ההבדלה. בתוכנית: שירים וניגונים במשך כחצי שעה, בהובלת שמעון בזק. הציבור מוזמן!

רן ליבר - ו. דת

### זמני תפילות

מנחה – לימוד – ערבית, בבית הכנסת בשעה 16:30

מנחה גדולה בחדר אח"מ בשעה 13:20

מנחה – ערבית בשכונה הצפונית בשעה 16:30

ערבית בשכונה הדרומית - בשעה 20:15

## נקודה למחשבה מהפרשה / עמייעל גורליק

זהו מקצוע לא יצרני. הצייד מייצג את הרעה החולה האנושית והחריפה – האנוכיות. התורה אומרת שעשו לא היה רק איש יודע צייד אלא גם 'איש שדה', אבל חז"ל מפרשים, כפי שמביא רש"י: **"אדם בטל וצודה בקשותו חיות ועופות"**. לעומתו, יעקב הוא איש תם, ומבאר רש"י שיעקב לא היה בקיא בכל המהלכים של עשו. הוא לא ידע לרמות ולשקר. בנוסף להיותו 'איש תם', יעקב היה גם 'יושב אוהלים' – כלומר, על פי הפשט, הוא היה רועה צאן. רעיית הצאן הינה הפעולה ההפוכה למלאכת הצייד. רעיית צאן הינה תרומה לעולם בכדי לפתחו ולהרבותו. הדבר בולט במיוחד אצל יעקב, שבתחילה רועה את צאן אביו, לאחר מכן רועה את צאן לבן הארמי, אך את צאנו - אינו רועה. יעקב מייצג את הדמות שמסורה כל כולה לפיתוח העולם ויישובו.

גם אם נלך על פי המדרש, שהכוונה שיעקב היה יושב באהלים של שם ועבר ועסק בתורה, כוונתו של יעקב הינה להיות סולם שמחבר שמים וארץ. יעקב איש תם, איש שלם, איש שנותן לעולם את משמעותו וערכו, על ידי שהוא עוסק בתורה ובחיים גם יחד, תוך שהוא עצמו מהווה סולם - "והנה מלאכי אלוקים עולים ויורדים בו" - ביעקב.

בפרשת השבוע אנו קוראים על התאומים - **יעקב ועשו**. מצד אחד הם תאומים דומים אחד לשני, אך מצד שני אנו יודעים שיש הבדל עמוק ומהותי ביניהם.

הדמיון ביניהם מופיע עוד בבטן אמם, אך כבר בנקודת ההתחלה מתבלט ההבדל הגדול בין השניים. עשו רוצה לצאת לבתי עבודה זרה ואילו יעקב רוצה לצאת לבתי מדרשות.

הן יעקב והן עשו הם בעלי רצון אדיר להנהיג ולשלוט. אצל יעקב הדבר מתבטא בכך שהוא קונה את הבכורה וכבר בלידה ידו אוחזת בעקב עשו, ואצל עשו הדבר מתבטא הן ביציאתו ראשון מבטן אמו והן בצערו הנורא והגדול כאשר יעקב לוקח ממנו את הברכה - דבר שמביא לידי זעם וכעס כל כך רב, עד שהוא חפץ להרוג את אחיו.

עשו מוגדר בתורה כאיש ציד, אדם שמסתובב בעולם ומנסה לקחת לו את הדברים בהם הוא חפץ. הוא איש היודע לנצל את העולם לצרכיו. יתר על כן, חז"ל דורשים על הפסוק **"וַיֵּאָהֵב יַצְחָק אֶת עֵשָׂו כִּי צִיד בְּפִיו"** (בראשית כ"ה, כ"ח) שעשו היה צד גם את אביו, וכדברי רש"י: **"שהיה צד אותו ומרמהו בדבריו"**.

הצייד, לעומת כל מקצוע אחר, כדוגמת רעיית צאן ועבודת האדמה, הוא מקצוע שרק לוקח ולא נותן, רק מנצל ולא מפתח.

על כל אחד לשאול את עצמו, האם המניע של חייו הוא כוח הנתינה או רצון הלקיחה. "ואהבת לרעך כמוך" הוא הכלל הגדול בתורה. הוא קובע את מי אני עובד כאן בעולם, את האני שלי? או את הקב"ה?  
יהי רצון שנוכה להמשיך את דרכו של יעקב אבינו. **שבת שלום**

לכן גם מובן שעשו נאלץ כל הזמן לרדוף אחר החומר, כי החומר לא מעוניין בו. זוהי דרכו של הצייד, לנסות באלימות ובתחבולות לתפוס את הבורחים ממנו. לעומת זאת, ביעקב כל העולם רוצה להידבק, כפי שמבטאים זאת חז"ל במדרש, שאפילו האבנים היו רבות על מי יניח יעקב את ראשו.

**עומק ההבדל שבין יעקב לעשו הוא ההבדל בין איש נתינה והשקעה, לאיש לקיחה וניצול.**

חברים שטרם מימשו את תלושי הצדקה של 2019 יכולים להעבירם למשרד, ל"מרים או מרים" עד י' בכסלו (8.12), ולציין בתלוש את שם הנמען.

אחרי שהחלטנו באסיפה לעבור לקבורה רוויה בבית העלמין שלנו, נחלק בתאי הדואר טופס המיועד לחברה קדישא, ומעיד על רצונו של החבר לטפל בו אחרי 120, בשיטת ליקוט עצמות. אם החלטת שכך רצונך, אנא מלא/י את הטופס ומלא/י אחר ההוראות שבדף.



יואב בית-אריה

### הזמן הולך ואוזל

רק עד סוף דצמבר ניתן לממש את ההטבה של משקארד. בעלי כרטיס שבחרו בהטבה ועדיין לא קיבלו אותה, נכון יעשו אם ייכנסו שוב לאתר ויבדקו מה מצב ההזמנה והאם זוהתה. במידה וההזמנה רשומה ובתוקף, תוצג באדום באתר ההודעה הזו: "על פי תעודת הזהות ו-6 ספרות של כרטיס משקארד אשר הוזנו בכניסה לאתר – המערכת זיהתה כי בוצע מימוש למתנה...".  
במידה ומתעוררת שאלה, ניתן לפנות לנטע עמיר.



## "גם עם סוכרת נעורים אפשר לעסוק בספורט אתגרי, אנחנו ההוכחה" / שמשון



### מתי אובחנה אצלך המחלה?

**יפתח:** אובחנתי בגיל צעיר, בגיל 7, ומאז אני חי עם ואת המחלה. עם השנים למדתי להתמודד איתה על כל המשתמע מכך. הסוכרת נגרמת כתוצאה משיבוש מנגנון ויסות הסוכרים בגוף, שעיקרה ירידה בכמות האינסולין שהגוף מייצר. החולה בסוכרת לומד לאזן את רמת הסוכרים בדם בין היתר באמצעות הזרקת אינסולין וכן בתזונה נכונה. בזמן שאין ויסות סוכרים בגוף, נקלע החולה למצב של חוסר או עודף סוכרים שמשפיעים על יכולת התפקוד שלו, בעיקר מבחינה פיזיולוגית. החולה חש בכך ומגיב בהתאם.

לפני שבוע פורסמה כתבה ב- YNET על מירוץ אופניים אליו הגיעו ספורטאים סוכרתיים מכל רחבי הארץ. אחד המשתתפים במירוץ היה **יפתח פשחור**, החולה בסוכרת נעורים. מתחילת השנה יפתח (25), סטודנט לחינוך גופני שנה ב' בגבעת וושינגטון, הוא גם המטפל/המחנך של כיתות א'-ב'. כבר עכשיו אציין שיפתח הוא נצר למשפחת בוכאסטר. סבתו היא **דינה פשחור**, בתם הבכורה של **אלי והדסה ז"ל**.

העיסוק בספורט בקרב החולים בסוכרת נעורים אינו מובן מאליו. כ-10% מאוכלוסיית העולם המערבי סובלים מסוכרת. עם זאת, מעל 75% מהם נמנעים מפעילות גופנית, לרבות טיולים שנתיים וספורט אתגרי. למרות הסברה והחשש - ספורט וסוכרת בהחלט יכולים ללכת יד ביד, ויפתח וחבריו החולים במחלה הם ההוכחה.

יפתח אובחן כחולה במחלת סוכרת נעורים כבר בגיל צעיר. העיסוק בספורט אתגרי הפך אותו למודל לנוער, למי שלא מרכין ראש בפני הסוכרת אלא נושא אותה בגופו ורץ איתה קדימה.

ומסכם יפתח את הנושא: "מבחינתי, דווקא הסוכרת היא שגרמה לי להיות ספורטאי ובזכותה הגעתי לאן שהגעתי. המגבלה נתנה לי כוח רב עוצמה כדי להוכיח שאני לא פחות טוב מאנשים בריאים".

### ומה בימים אלה?

לפני שבוע השתתפנו, במסגרת יום הסוכרת הבינלאומי, כ-30 רוכבים סוכרתיים במסע 100 ק"מ, מביה"ח זיו בצפת ועד צומת צמח. בשנים האחרונות מתאספים מיטב הספורטאים הסוכרתיים בארץ למסע האופניים Sweet Ride, ומוכיחים הלכה למעשה שסוכרתיים יכולים לעשות הכל - גם להיות ספורטאים. היו גם קטעים קשים



אך עיקר המאמץ היה תודעתי.

רצינו להראות לכל שאר הסוכרתיים שאפשר. רצינו להעלות את המודעות בנוגע לעד כמה זה חשוב לשלב פעילות ספורט עם סוכרת. הוכחנו שגם עם סוכרת נעורים אפשר להיות נוכח ומשמעותי בספורט אתגרי.



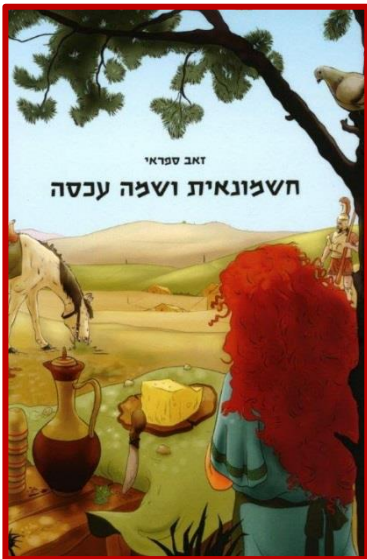
אחד הדברים שעוזרים להתמודדות במחלה הוא העיסוק בספורט. בנעורי עסקתי בעיקר בספורט הקבוצתי, ולפני מספר שנים עשיתי שינוי ועברתי לספורט האתגרי. זה התחיל באימונים בתוך המשפחה, ריצות עם אבי, ולאט לאט זה תפס אצלי ונכנסתי לכך יותר ויותר: ריצות, ריצות שדה, שחייה ורכיבה על אופניים. את העיסוק בספורט הפכתי לחלק מאורחות חיי. השתתפתי כבר ב-15 מרתונים וחמש פעמים השתתפתי בתחרות טריאתלון, ענף ספורט אולימפי המוכר גם בשם "איש הברזל", מהם שתי תחרויות בחו"ל. לשם אני מכוון, לרף הגבוה של תחרויות איש הברזל. איש הברזל עושה "ביום טוב" 3.8 ק"מ שחייה, 180 ק"מ אופניים וריצת מרתון לקינוח. הקשוחים מוזמנים להשתתף ב"אולטרה איש הברזל" שהיא מכפלה של "איש הברזל" האולימפי. תבינו מכך שעלי להתמיד במשטר אימונים רב-גוני, עמוס, עם משמעת עצמית חסרת פשרות. הסוכרתי המשתתף בתחרויות האלה אינו זוכה להנחות אלא מתחרה במקצים כאחד האדם, אך יש לו מדד אחד נוסף שהוא צריך להתמודד איתו והוא, איזון הסוכרים בגוף. העיסוק בספורט עוזר לי לשמור על רמת סוכר מאוזנת בגוף".

**איך זה משתלב עם עבודתך ביבנה בכיתות א'-ב'?**

יפתח: "הילדים נהדרים ובנוסף על כך יש כאן משהו הרבה יותר גבוה ונישא. סבתא שלי, **דינה (בוכאסטר) פשחור**, היא מבנות המשק שגם אחרי שנים רבות בעין הנצ"יב, יבנה נשמרה אצלה ב-hard disk. זיכרון קשית, רחוק וטוב של שנות הילדות והנעורים. עדיין קיים בה הקול הקורא ממעמקים: 'אצלנו ביבנה' כך שזה מבחינתה ומבחינת המשפחה סוג של סגירת מעגל. הגעתי ליבנה עם ניסיון. לאחר השירות הצבאי התנסיתי בעין הנצ"יב בחינוך הבלתי

פורמלי עם ילדי הכיתות הנמוכות, כך שידעתי לקראת מה אני הולך... רק **שביבנה זה כמו ביבנה**, וברשות המראיין לא נרחיב. זה מסתדר לי היטב. אני קם מוקדם לאימון בוקר, לאחר מכן מקבל את הילדים בבית הילדים ושב ומקבל אותם בשובם מבית הספר, כאשר שעות אחר הצהריים מוקדשות לחינוך הבלתי פורמלי. המסגרת הזו מאפשרת לי את השילוב של עבודה, לימודים ואימונים, ובכולם אני נהנה".

**נאחל ליפתח שבכל אשר יעשה – ירוץ ויצליח!**



**ספר חדש – "חשמונאית ושמה עכסה"**

**מאת: זאב ספראי**

כזכור, למשפחת ספראי היה נכד שנפטר. הנכד ואחותו צרכו אינסוף סיפורים וסבא סיפר להם כמובן על מה שהוא יודע, על החשמונאים. אז הסיפור הזה יצא עכשיו לאור. הגיבורה היא עכסה, אחות מאומצת של החשמונאים (שכמובן לא הייתה ולא נבראה) אבל היא זאת שמארגנת את הכל מאחורי הקלעים, פותרת את כל הבעיות שספר חשמונאים משאיר פתוחות, עוזרת לעם ישראל להיחלץ מצרותיו. בסך הכל זה סיפור היסטורי יפה על התקופה. מומלץ למי שיש לו בן/בת או נכד/ה או סתם למי שמתעניין. מתאים לילדים מכיתות גי-ד' ועד לגיל 80.

**הספר יגיע לחנות הקיבוץ במהלך השבוע ובמקביל יימכר גם בחנויות הספרים**

## איך חסכתי כסף (אישי) החודש (חלק באמת, חלק בתיאוריה) מרים שליסלברג

- אפיתי עוגיות קוואקר במקום עוגיות שוקולד צ'יפס (כולם עדיין מחפשים את השוקולד)
- אפיתי עוגת תפוזים במקום עוגת שוקולד (והאשימו אותי בגזענות)
- הכנתי ארוחות בוקר חלביות בשבת, גם בלי דגים (אל תשאלו ...)
- לקחתי מעדנים מה"מיני" במקום לקנות
- קניתי גבינות תוצרת המחלבה
- לקחתי חומס מחד"א במקום לקנות
- לקחתי פירות גם ביום שישי, למרות שאכלנו בחד"א (סיון מרשה)



- לא קניתי ממתקים (רק לנכדים ...)
- לא קניתי חטיפים (רק לנכדים ...)
- לא עשיתי "שופינג" רציני (מחכה לסוף העונה – בעוד כמה שבועות)
- לא קניתי בגדים במבצע "1 + 1 השני בחצי מחיר" – מחכה שהשני יהיה בחינם
- מצאתי מכנסיים, חולצה ובגדי ילדים אצל ליאורה ב"חיפושית" (יד שנייה)
- מצאתי במחסן הבגדים פריטים שאבדו לי (כמובן שמאז כבר קניתי חדשים)
- לא קניתי חד"פים ובכך גם תרמתי לאיכות הסביבה (ואפילו אין לי מדיח - עדיין)
- לקחתי כלי פלסטיק קטנים מה"מיני" במקום לקנות בחנות (איכות הסביבה)
- השתמשתי בטישו שבת במקום במפיות
- נסעתי לסרטים רק בימי שלישי ("שלישי בשלייקס" – 10 ש, עם כרטיס "אזרח ותיק")
- קניתי מתנות מהמבצע ב"משקארד" (הילדים הכריחו אותי)
- קראתי רק את "ישראל היום" (למרות שאני מקבלת את "הארץ" בחינם)
- שאלתי מהשכנים ספר חדש שרציתי לקרוא (אולי אחזיר)
- אספתי בקבוקי "פיקדונות" – 30 אגורות החזר על כל אחד (בקרוב אוכל לקנות בקבוק קולה גדול)
- רכשתי כלים דרך הצעות הבזק ב"חכמות יבנה" (רק למהירות החלטה)
- לא נסעתי לחו"ל (אפילו לא ב"לואו קוסטי")
- לא חידשתי את המנוי לתיאטרון ה"קאמרי" (הם נורא בלחץ מזה)
- לא חידשתי את המנוי ל-TIME מגזין (האמת שלא הצלחתי לחדש אותו גם לאחר שלושה ניסיונות - אני כנראה באיזו "רשימה שחורה" אצלם)

**כל אחד יכול לחסוך - בהצלחה!**



## דברים לפתיחת התערוכה / אפרת עפרוני

דברי הברכה של אפרת בטקס פתיחת תערוכת ציוריה בתאטרון ירושלים



למנצח שוב אכזבנו!  
מנצחי תזמורות מהארץ ומן העולם  
תערוכה מציורי אפרת עפרוני  
תיאטרון ירושלים  
21/12/19-17/11/19  
האוצרת: נעה ארז-איזון

הנכם מוזמנים לשיח גלריה  
ביום שלישי כ"ח בחשוון 26/11/19  
בשעה 18:00 | בגלריית שופן  
נשמח לראותכם

תיאטרון ירושלים  
שעות ביקור בתיאטרון:  
א' - ו' 16:30-21:30, 15:00-18:00, מוצ"ש מצאת השבת ועד 21:30, ובעת המופעים

ערב טוב ושמח, ברוכים הבאים מרחוק ומקרוב. כבר נשאלתי מה מביא אותי לבחור בנושא כה יוצא דופן. ואכן, יש בי שתי אהבות המתרוצצות בקרבי כל השנים מאז ילדותי. אהבת המוסיקה ואהבת הציור. שנים רבות למדתי וניגנתי בכינור, כמו גם אחי ע"ה.

בביתנו האזינו הרבה

למוסיקה קלאסית אך גם הציור היה נוכח בבית. אמי ז"ל הייתה מציירת ומאיירת ובבית היו ספרי אמנות רבים. אני זוכרת שבשלב מסויים ביקשתי את עזרת הורי בתשלום לקורס באמנות במוזיאון ישראל והם אמרו: תבחרי מה התחום שאליו תפני, מוסיקה או ציור. ואני עניתי, ציור... אז הנה נפגשו שני התחומים בנושא ציורי המנצחים. המילה "למנצח" מופיעה בספר תהילים בראש 55 מזמורים. בהמשך מצויין תמיד משהו נוסף: למנצח בנגינות, למנצח על השמינית, למנצח על מות לבן, למנצח על הגתית ועוד. רגילים לפרש שהמנצח הוא ראש חבורת השרים והמנגנים.

במזמורים אחדים יש ביטוי הרומז לנעימה, כלומר למוסיקה בה יש לומר את המזמור ולעיתים אפילו מצויינים כלי הנגינה המלווים את השרים והמתפללים.

בביתנו, המוסיקה הקלאסית נשמעת כל הזמן. לא דרך הרדיו אלא בעזרת קלטות וידאו או ערוץ המוסיקה בטלוויזיה. בזכות זה, יש לנו הזדמנות לעקוב אחרי תנועות גופו של המנצח, ובעיקר להתפעם מהבעות פניו אשר הן חלק בלתי נפרד מההובלה של התזמורת. כמנויים ותיקים של התזמורת הפילהרמונית אנו מבקרים באולמות הקונצרטים לעיתים קרובות, אך היושבים באולם, רואים את המנצח רק מאחור. בבית, התאפשר לי להכיר מקרוב חלק מהמנצחים הבולטים בעולם ונשביתי בקסמם. יש מנצח שהוא בעל סגנון ניצוח תקיף ומאיים, רואים זאת באופן עמידתו ובהבעות פניו. יש אחרים רכים יותר נינוחים יותר וכל זה משפיע כמובן על נגינת התזמורת.

בסיום דבריה הודתה אפרת לאלכס טוביאס, המורה המסור והמוכשר, שהפך להיות גם אוצר התערוכה ולצייר מארק ינאי היקר שמלווה את פרי מכחולה שנים רבות.

## משולחנם של יהודה ונח מזכירי הפנים

### אספת חכמים

עיקר האספה יוקדש לבקשתם של 30 חברים לדון בשני הנושאים הבאים:  
**א.** הקמת צוות לבדיקת הפרטת המזון  
**ב.** הקמת צוות שיבחן מחדש את הרוב הדרוש להפרטות בנושאים שונים מכיוון שאין מדובר בהחלטות בנושאים רגישים אלה אלא בהקמת צוותים בלבד לא יידרש לכך רוב מיוחד.  
הסעיף האחרון מוקדש לדיווח ביניים על הסדרת משק וקהילה מפיו של **צביקי טסלר**, מרכז הצוות. הנושא נמצא בהילוך גבוה ופרקים רבים ממנו כבר גובשו ונכתבו. במקביל נעשות פעולות ראשונות ללימוד והטמעת הנושא בעיקר עם מנהלי ענפים ומרכזי ועדות. צביקי ידווח הן על ההתקדמות והן על הדילמות שונות. אחד האתגרים שעומדים בפני הצוות הוא לשתף כמה שיותר חברים בנושא רחב ומפורט שחלקים ממנו עדיין זרים לנו.

לאחר הפסקה בת שבוע נשוב ונתכנס לאסיפה במוצאי שבת הקרוב. בראש סדר היום מינויים. ועדת מינויים מציעה לבחור לקדנציה שניה את **סיון לנג**, מרכז ענפי השירותים ואת **נח חיות**, לתפקיד מזכיר פנים. כזכור, אנו בעיצומו של הכנת התהליך להסדרת משק וקהילה. ההסדרה תיצור מבנה אחר של מזכירות ושל הנהלות המשק והקהילה ואיתו עשויים להשתנות בעלי התפקידים או תפקידם. הבחירה היא אפוא לשנה לערך, עד שתתקבל החלטה בנושא וייבחרו המוסדות החדשים.

נוסף על כך ועדת מינויים מציעה גם הרכבים לשתי ועדות: **ועדת הגיל השלישי: רוייה גורליק** – מנהלת הגיל השלישי, **נח חיות** – מזכיר פנים, **דבורית אדר** – נציגת הבריאות, **תמר מרוז** – נציגת ועדת חברים, **יעל גדסי ויעקב וכמן** – נציגי ציבור.

**ועדת מוסיקה: יונה עפרוני** – מרכזת, **דנה ברוכי, עפרה גוטליב, אושר קולמן, יקיר ששון**.

להיות

בשמוזה

שבת בר המצווה של **יהונתן טחון** תתקיים בשבת פרשת ויצא (7.12).  
מסיבת בר המצווה תתקיים לאחר מכן, ביום רביעי (11.12).  
שבת בר המצווה של **נדב פרל** תתקיים בשבת פרשת וישלח (13.12). (חני רגב אחראית לתורנויות).  
מסיבת בת המצווה של **רעות זנה** תתקיים ביום שני, י"ח בכסלו (16.12).  
בשבתות שמחה, דירות האירוח יעמדו לרשות המשפחה, ככל שידרש.

## ענף הבריאות – עדכון בנושא ביטוח – מעבר מביטוח הראל להפניקס

✓ את רשימת הרופאים העובדים עם ה"כללית" ועם ביטוח הפניקס ניתן למצוא באתר:

<https://fnx.co.il/ituran/searchdoctors>

**ניתן לחפש: איתור רופאים מנתחים - איתור הפניקס**

✓ יש לציין כי ניתוחים יהיה ניתן לבצע רק באמצעות רופא שנמצא בהסכם עם קופת חולים ו/או עם חברת הפניקס. התייעצות לצורך קבלת חוות דעת שנייה ניתן לקיים אצל כל רופא מומחה, גם אם אינו בהסכם.

✓ החזר הוצאות ו/או תביעות בגין טיפול רפואי המכוסה בפוליסה, דורש מהחבר **ובאחריותו** מילוי טפסים, לפחות שבועיים מראש. הטפסים מוגשים לחברות הביטוח ע"י ענף הבריאות. סיוע במילוי הטפסים והגשתם יינתן בשמחה על ידי דבורית. שיתוף הפעולה שלכם בנושא זה נחוץ, על מנת לממש בהקדם את הזכויות שלנו בגין הביטוחים השונים.

בברכת בריאות איתנה וכל טוב.

**דבורית אדר – מנהלת ענף הבריאות**



כידוע, ביטוח בריאות לחברים, למעוניינים ולבני המשפחה (בני משפחה כבר קיבלו הודעה) היה עד כה בחברת הביטוח הראל.

**החל מ-1.12.2019** הקבה"ד, ואנחנו בתוכם, עוברים לחברת הביטוח הפניקס. הקשר שלנו מול חברת הפניקס (בתחום הבריאות) נעשה באמצעות **יוסי צנחני** ו**דבורית אדר**.

העברת הנתונים האישיים לביטוח הפניקס מבוצע על ידי ענף הביטוח (**רונית אטיאס** **יוסי**).

בהמשך יפורסם באתר יבנט דף של ריכוז שאלות ותשובות בנוגע לביטוח הבריאות.

**עכשיו, כשנושא הביטוח כבר ברור לנו, אבקש להוסיף מספר דברים חשובים:**

✓ באופן כללי, מרבית החברים מבוטחים בביטוח מושלם של קופת חולים כללית וביטוח רפואי של חברת הפניקס (החל מ-1.12.2019)

✓ קופ"ח כללית וחברת הביטוח מעניקים שירותים כמו רופאים מומחים, השתתפות במימון תרופות שאינן בסל הבריאות, וסיוע בשירותי בריאות בבתי חולים ובמרפאות חוץ.

בעדיפות ראשונה נגיש את בקשת ההשתתפות בהוצאות לקופת חולים, ובעדיפות השנייה נפנה לחברת הביטוח.

## חידוש המנוי לעיתונים - 2020

משפחות המעוניינות לחדש את המנוי לשנת 2020, לעיתונים: **מקור ראשון וידיעות אחרונות**,  
 יפנו ל**רחל אניקסטר** בטלפון 8624 או במייל: rga@kv-yavne.co.il, עד ל-י"ב בכסלו (10.12).  
 לאחר תאריך זה, החידוש יהיה בצורה עצמאית. **לא יהיה חידוש אוטומטי של המנוי.**  
**שימו לב. ההתחייבות הינה לשנה** (לאחר חידוש המנוי, לא ניתן להפסיקו עד סוף שנת 2020).

עיתון	עלות חודשית לעיתון יומי	עלות חודשית לעיתון סופ"ש
מקור ראשון	-----	102.5 - המחיר עלה
ידיעות אחרונות	84	59

עיתון **הארץ** ימשיך במתכונתו הנוכחית (ניתן להצטרף/להפסיק את המנוי כל חודש).  
 חברים שמשלמים בכרטיס אשראי על העיתון ורוצים להמשיך/להפסיק, צריכים לפנות  
 אל מחלקת המנויים של העיתון ולהסדיר את המנוי שלהם. **רחל אניקסטר**



**הודעה  
מהמרפאה**

אחות כוננת בשבת – אוריה חושן

שעות קבלה של ד"ר דונסקי בשבוע הקרוב:

MRKYAVNE@clalit.org.il

יום ראשון	16:45-14:30
יום שני	15:30-14:00
יום שלישי	13:00-09:30
יום חמישי	15:30-14:30 ו- 09:00-08:00

זמן שפעת !! מוזמנים לבוא להתחסן

**אחיות בימי ששי במרפאה בחודש הקרוב:**

06.12 - אורית	13.12 – ליזט
20.12 - גלית	27.12 - אין אחות במרפאה. במקרים דחופים בלבד יש לפנות לאחות כוננת.

## עוף תרבות לקראת חנוכה



ביום חמישי, כ"א בכסלו (19.12) - מוזמנים לערב "המכבים מול היוונים" משחק של מכבי תל אביב מול היוונים.  
על מסך גדול במשטח, עם בירות, נישנושים וכיבוד ברוח החג.  
בואו ליהנות ולעודד.  
באותו ערב תתקיים ארוחת ערב חודשית, ומכירת רקפות.

ביום רביעי, כ"ז בכסלו, נר רביעי של חנוכה (25.12), "בתים מדליקים בחנוכה"

### ערב משפחות מארחות

הפקת הענק חוזרת-

### משחק וידאו בשידור חי!

נפגש לערב של כיף ויחד בבתי משפחות מארחות  
ביום רביעי, כ"ז כסלו, 25.12. איש בל יעדר!

אנא שריינו את הערב. הצוות המארגן וועדת התרבות.

ביום רביעי, ו' בכסלו (4.12) בשעה 20.00 במרכז יום, סינמה קפה – "המילים הטובות", סרטו הטוב ביותר של שמי זרחין. שלושה אחים יוצאים למסע בעקבות סוד גדול מן העבר, שגילויו הפתאומי מעמיד את חייהם במבחן. לאחר הקרנת הסרט תתקיים שיחה עם השחקן.  
ועדת התרבות

### ירקונים 3 - יוריס מנחלים

למחרת ההצבעה באו"ם והחלטה על תוכנית החלוקה, יצא אוטובוס של "אגד" מנתניה לירושלים ובו 21 נוסעים ונהג. לא כולם הגיעו ליעדם. יריית הפתיחה למלחמת העצמאות היתה ב"צומת נחלים" של היום. סיור למושב נחלים שייפתח בביקור באתר ההתקפה. משם נסור לביתו של יהושע גרינפלד, "משוגע חסר תקנה" והאספן הגדול ביותר בארץ לכלי נשק היסטוריים. ביתו הוא מבצרו ואבן שואבת לחוקרים בתחום.  
ביום שלישי, י"ב בכסלו (10.12) - יציאה: 16:00, חזרה משוערת: 20:30.

קפה ועוגה - עליכם מומלץ להצטייד במקל-כסא

k-k-k

למגיעים עצמאית: 16:30 בתחנת הדלק צומת נחלים

## הסעות ענף הרכב – הסדר חדש

את הבקשות להסעה (דרך האפליקציה),  
נשמח לקבל עד יום לפני הנסיעה בשעה  
13:30.

**אפרת זנה** תהיה אחראית על הארגון  
והשיבוץ של ההסעות. אפשר תמיד לפנות  
אליה בכל בקשה/הערה או בעיה.  
במידה ויש נסיעה לא מתוכננת, או דחופה,  
תמיד אפשר להתקשר גם במהלך היום  
לפלאפון של "נהג קטר" שמספרו  
050-6998500 ואנו ננסה לעזור ככל שניתן  
(תלוי בפניות הנהגים והרכב).

בכוונתנו להרחיב את מגוון ההסעות של  
ענף הרכב במטרה לעזור לחברים  
להתנייד, ולהפחית את העומס על  
הרכבים.  
הכוונה היא שכל מי שמעוניין בנסיעה  
ל"קפלן", לרחובות, לרכבת מזרח או  
מערב, לאשדוד והסביבה יכנס  
לאפליקציה יעודית (שתישלח לכלל  
החברים), וימלא הזמנה להסעה מענף  
הרכב (בדומה להזמנת אוכל לשבת מענף  
המזון).

### **ככלל, מתוכננות בכל יום, שלוש נסיעות קבועות:**

1. בשעה 07:15 תצא הסעה מהמרפאה ל"קפלן", תמשיך לקבוץ "נען" ומשם לרחובות ותחזור ליבנה.
  2. בשעה 07:20 תצא הסעה לאשדוד (לאזור ה"סיטי").
  3. בשעה 10:40 תצא הסעה נוספת ל"קפלן".
- את כל הנסיעות - גם הקבועות - יש לתאם מראש עם אפרת על מנת שיהיה מקום.  
סידור ההסעות החדש מתוכנן להתחיל ביום ראשון הקרוב (1.12).  
שיהיה בהצלחה לכולנו!  
בתקווה לגמישות, הבנה ושיתוף פעולה. **ענף הרכב**





## העמותה למען החבר הותיק - חבל יבנה

בית גמליאל • בן זכאי • בני דרום • גבעת ושינגטון • כרם יבנה • נוה הרצוג • ניר גלים • קבוצת יבנה

עמותה מס' 6-635-013-58 • ד.ב. אבטח מיקוד 79860 סלפון. 08-8548693 פקס. 08-8548719



### סיורים וטיולים:

#### סיור לבני דרום! במסגרת הכרת חבל יבנה לתושבים.

בתאריך י"ב בכסלו (19.12) יום ג', נצא לסיור לבני דרום לכבוד חגיגות ה-70! נבקר בבית ראשונים, נשמע את סיפור ספר התורה שהובא מלבנון, נאכל ארוחת בוקר ונסיים בסיור רכוב להרחבה ולאזור התעסוקה. הסעה מהמושבים. מחיר 25 ש"ח. רישום אצל רכזות המועדונים.

#### סיור לבן זכאי!

בתאריך כ"ה בכסלו (23.12) יום ג', נצא לסיור לבן זכאי. נחוג את חנוכה יחדיו. הסעות מהמושבים. מחיר 25 ש"ח. רישום אצל הרכזות. אורחים על בסיס מקום פנוי. 110 ש"ח לתושב החבל. 140 ש"ח לתושב חוץ.

#### טיול קהילה מטיילת: למדבר יהודה!

ביום ג', י"ט בכסלו (17.12) נצא למדבר יהודה. נבקר באכסניית השומרונים הטוב, באתר הטבילה קאסר אל יהוד שבירדן, בעינות צוקים, ונערוך תצפית על מנזר סנט ג'ורג' בוואדי קלט. נא להביא ארוחת בוקר וצהרים! הרשמה על בסיס מקום פנוי בלבד, במתנ"ס.

#### הרצאות:

**בתאריך י' בכסלו, יום א', 8.12** בשעה 15:17 - המשך הסדרה של **דיויד ניסן** והפעם "מנהיג איראן חושף הכל". 30 ש"ח לתושבי החבל. 40 ש"ח לתושבי חוץ. במועדון לחבר בניר גלים.

**בתאריך י"ג בכסלו, יום ג', 11.12** בשעה 19:00 - המשך סדרת ההרצאות של **נפתלי היליגר** והפעם "לבנון השכנים מזוית אחרת". 40 ש"ח למפגש. בבית העם בבית גמליאל.

**בתאריך י"ז בכסלו יום א', 15.12**, בשעה 17:00 - המשך סדרת ההרצאות של **אפי זיו** והפעם - כיכר הקונקורד, גני טילרי ושער הניצחון הקטן. 50 ש"ח למפגש. בבית עקד בקבוצת יבנה.

#### הנכם מוזמנים להרצאה "למי קראתם זקנים?"

ביום ג', ג' בטבת 31.12, בשעה 18:00 בבית העם בבית גמליאל. בשיתוף קהילה תומכת ומועדוני החבל. פרטים בהמשך.

## למדני את השיר הפשוט של הלחם / רחל שפירא

חני וחייד אורות וצללים

מכילים

בעיני שבת,

בעיני חלון.

לו מחר שלד יגש אל אתמולי

בעיני שבת,

בעיני חלון,

שלד ושלי.

קחני עם אבק היומיום על השכם

קשתראני לפניך.

אני שהנחתי לרגש יחף

לרחף,

כבר יודעת כי

התפתלה דרכי

ומגבה רב ראשי עכשו

נרן -

כבר יודעת כי

התפתלה דרכי

ובאה עד כאן.

למדני את השיר הפשוט של הלחם

ופרס לי חלק משלומך.

קחני עם אבק היומיום על השכם

קשתראני לפניך.

אני שהנחתי לרגש יחף

לרחף,

כבר יודעת כי

התפתלה דרכי

ומגבה רב ראשי עכשו

נרן -

כבר יודעת כי

התפתלה דרכי

ובאה עד כאן.

למדני את השיר הפשוט של הלחם...

למדני את השיר הפשוט של הלחם.

צ' השיר-יחוק מרכזי

כתובת המערכת [bimkomon@gmail.com](mailto:bimkomon@gmail.com) קבלת כתבות והודעות עד "רביעי בארבע"

חבית מומלץ לקריאה בגרסה צבעונית, בקהילנט.