



יחד
נבצח



שוק פירות, בצורה ג"ו בקיט



צוות וייסאן האלופות לקראת שיעור העוגות לאנשי סניף



צ'ם ישראל אמסט לם בקוננה - מקצ'ע גולו אצל'ת הדיט'ים

שבת פרשת בשלח, שבת שירה

הדלקת נרות - 16:47, צאת השבת - 17:48

גיליון 1597

שבת פרשת בשלח, שבת שירה

זמני תפילות השבת

מנחה וקבלת שבת - רבע שעה אחרי הדלקת נרות

שבת:

06:30 - מניין ראשון בבית הכנסת

08:30 - מניין מרכזי - בבית הכנסת

09:00 - תפילת נשים בבית המדרש לכבוד שבת שירה

13:30 - מנחה גדולה

16:47 - מנחה קטנה

שיעור בערב שבת:

יואב איתן

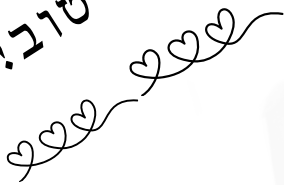
שיעור לאחר תפילת מוסף

יוחנן מאלני

תפילת מנחה בימי החול בבית הכנסת - 17:05



מזל טוב!



זמאכה הקשר
זבר מצווה של הנין הזו
בנק של תמר ויטא

זאריאל ורותי דיטור
זבר מצווה של הנכד יואב
בנק של עמיחי וטלי

זנחוק וכוכבה צימבליסטה

זניסאני הנכד כפיר

בנק של אורנה ואיון



זהתראות במנחות

- בר המצווה של עומר ברלב תחול בשבת פרשת יתרו, כ"ג-כ"ד בשבט (2-3/2).
- בר המצווה של סער ברלב תחול בשבת פרשת תרומה, ח' באדר א' (17/2).
- אנו מזכירים כי "המתכון הסודי" שמאחורי השמחות הביתיות שלנו הוא ההתנדבות הרבה.

"וְהָיָה בַּיּוֹם הַשְּׁשִׁי, וְהִכִּינוּ אֶת אֶשֶׁר יִבְיֵאוּ"

להשכים קום כדי להזדרז בהכנות לשבת, אך אני אישית מתחיל את ההכנות לשבת כבר ביום רביעי בבוקר: בשווי מתפילת שחרית אני מכין את נרות השבת, שהרי זו התובנה העולה מכך ש"שיר של יום רביעי" מסתיים בפסוק הפותח את תפילת קבלת שבת: "לְכוּ נִרְנְנָה לַה', נְרִיעָה לְצוּר יִשְׁעֵנוּ".

בתלמוד מסופר על גדולי ישראל שהיו משתפים עצמם בהכנות לשבת: רבא היה ממלח דגים לקראת השבת; רבה ורב יוסף היו מבקעים את העצים לצורך האש שבתנור; רב הונא ורב פפא היו מכינים את נרות השבת, ורב נחמן היה מנקה את הבית, מכניס את רהיטי השבת ומפנה את רהיטי החול. המסור העולה מהדוגמאות האלה מיושם ע"י כל אחת ואחד מאיתנו, בעיקר מימי חמישי בערב ועד הדקות האחרונות שלפני הדלקת נרות.

השפעתן של ההכנות הטכניות לקראת השבת על כל ימי השבוע, הביאה את הרב אליעזר מלמד להעמיק בחשיבותן ולהבהיר ב"פניני הלכה": "בדרך כלל אנשים סבורים שהקדושה מתגלה רק בענייני הרוח כלימוד ותפילה, ואילו צרכי הגוף, כאכילה ושינה, עיסוק בנוי וטיפוח הגוף, מנוגדים ומפריעים להתעלות רוחנית, ועדיף לאדם לסגף את גופו, שכן שורש יצר הרע [נמצא] בגוף. והנה באה השבת ומלמדת אותנו כי אפשר לקדש את הגשמיות. הקדושה יכולה להתגלות גם באכילה מענגת, בבגדים נאים ובסידור הבית. ... אנו מברכים איש את רעהו ב'שבת שלום', שהשבת עושה שלום בין הרוח והחומר, ומתוך כך נעשה שלום בין איש לאשתו ובין אדם לחבירו."



חיים אייזנר ז"ל מצחצח נעליים.

בספר חדש שהוציאה לאור רותי (בן טובים) גרינברג, "ימים שלא סיפרת", היא מתארת במילים קצרות את ההכנות לשבת בעשורים הראשונים של קיבוץ יבנה: "יום שישי. רצה הביתה. אבא יושב על המדרגות ומצחצח נעליים עם סמרטוט, ולצידו משחה חומה לנעלי עבודה ולנעליים של אמא, ומשחה שחורה לנעלי שבת. אחרי שאבא מורח עם הסמרטוט את המשחה על הנעל הוא מבריק אותה עם מברשת. אני אוהבת את השבת. אמא מדליקה נרות שבת ודומעת. אבא מסתובב איתנו בריקוד ושר: שבת שלום ומבורך, שבת שלום ומבורך."

רותי, הבת של זלמן וחייה בן טובים, נולדה כאן, ובספרה היא מתארת תמונות מילדותנו ונערותנו בקבוצת יבנה: צחצוח נעליים על המדרגות בימי שישי, שעת ההשכבה בבית הילדים ו"שומר לילה", החברות האמיצה של ילדי הכיתה, מאפייה של חלות ועוגות שבת, ששון נוהג בעגלה הרתומה לסוס, ודמעה של ניצולת שואה בשעת הדלקת נרות שבת. לימים נישאה רותי לרב נתן גרינברג, והם הקימו את ביתם ביישוב בת עין.

מהפסוק שבכותרת לומדים חכמים שיש להתכונן לקראת השבת. אני, אישית, קיבלתי על עצמי להדר בהכנות: אמנם רב חסדא קבע שרק ביום שישי יש



חינוך לצחצוח נעליים. מימין: ראובן קמפנינו, רחל הרץ, אילה (בית אריה) צביאלי, ערבה (מוזס) בן-עמי, שאול אדלר, נילי ובניאלית) גומא.



ירקונים 2

אָעֶלָה בְּתִמָּר אַחְזָה בְּסַנְסַנְיֹו

יישוב שראשיתו בהיאחזות נח"ל שהוקמה ב-1997, ומהר מאוד אוזרח. אמנם מעבר לקו הירוק אך ממערב לגדר ההפרדה. תוכנן להיות במוא"ז בני שמעון, אך מצוי במוא"ז הר חברון.

סיור בסנסנה בהדרכת **גיא אשר**, שיציג את מכמני הישוב והקשר לקבוצת יבנה. משם נדלג לעגלה של דקלה לקינוח בקפה ומאפה (על חשבונכם...).

לפי הזמן, נריח פרחים וננשום אויר צח.

יום שישי, כ"ג בשבט תשפ"ד, 2.2.2024
יציאה בשעה 07:30 חזרה משוערת: 14:00.
למגיעים עצמאית: 08:30 ליד בית הכנסת בסנסנה.
מומלץ: נעליים, מקל, לבוש הולם לצינת הר חברון.

קפה ועוגה - עליכם.

א-א-א

אריה ברנע, אבי ששון, אליקים איטלי

שערי ירקונים פתוחים לכל

מעוניינים להיכנס לרשימת התפוצה בוואטסאפ? פנו לאריה ברנע!



נכנסים למסלול קליטה / בעז בלנקשטיין

בימים אלה מסיימת משפחה נוספת את מסלול העצמאות הכלכלית ומשתלבת במסלול הקליטה:

משפחת קינסבורסקי, אוזיה ואילן, עם בתם לוטם (4) ובנם רני (חצי שנה)

אוזיה היא בתם של דבורה ואלי כהן. המשפחה תמשיך להתגורר בבית מס' 3. אוזיה עובדת כמורה בכיתות כו"ח (כבדי שמיעה וחרשים) בבית ספר ראשונים בנס ציונה ואילן עובד בנגריה ביזמות של חן זלקינד. קליטה נעימה ובהצלחה. ועדת הקליטה





הנני - תנו לי משימה / אודיה קינסבורסקי

המיזם בשיתוף עם בני הקיבוצים
בצפון?

הוא הופץ מהתחלה בבתי הספר
שקד ויבנה. המיזם התפשט והגיע גם
לחברים ומכרים מחוץ לקיבוצים, כך
שהפרויקט הועבר לקהל הרחב.

האם ישנה היענות רחבה לפרויקט?
אמנם אין לי מידע ברור לגבי
ההיענות, הפעילות וההרשמה
לפרויקט, אך ידוע לי שיש ימי
מיונים.

בהצלחה!

שירות בעוטף כדי לשקם את האזור.
איך התחלתם את התהליך?
לאחר כמה ימים של תהליך
חשיבה, החלטנו לפנות לשרה
עברון, מזכ"לית הקיבוץ הדתי.
שלחנו לה מייל שמסביר את הרעיון.
לשמחתנו היא נענתה לנו במהירות
והתחילה להתקדם עם הפרויקט.
לאחרונה נפתח גרעין בעלומים,
ועובדים כעת על גרעין נוסף
בשדרות, שיכול לשרת את הנוער
הדתי באזור, בשיתוף בני עקיבא.

בדף הקיבוץ הדתי התפרסם כי
הנוער של הקיבוץ הדתי העלה רעיון
להקים גרעין משימתי בנגב המערבי.
שאלתי את נציג בוגרי י"ב מיבנה:

מה עומד מאחורי הרעיון?
המטרה לפתוח גרעין חדש בשנת
י"ג הקרובה בעוטף עזה, שיעזור
להתאושש ולתמוך בתושבים.

מאיפה בא הרעיון?
בעקבות הנזק שנגרם לעוטף עזה,
הנוער מהתיכון החליטו לקדם שנת



הורים - אנא קחו אחריות על ילדיכם -

לאחרונה, חלה הידרדרות בהתנהגות חלק מהילדים הקטנים (החמודים) שמתלווים אל
הוריהם לתפילות השבת בבית הכנסת.

זה מתבטא בבכי תינוקות, כאשר ההורה אינו מוצא לנכון להוציא את הילד ולנסות
להרגיעו בחוץ, דיבורים ואף צעקות של ילדים, כאשר אין שום ניסיון להשתיקם או לבקש
מהם להנמיך את קולם, התרוצצות בתוך בית הכנסת - בחיפוש מתמיד אחרי מחלקי
הממתקים, הפיכת הרחבה שלפני ארון הקודש למגרש התעמלות, גם זאת מבלי
שמנסים להפסיק את פעילות הספורט של הילדים.

נכון וחשוב להרגיל את הילדים לאווירת בית הכנסת ולתפילות היפות, אך ילד שאינו
קורא עדיין, ואינו מסוגל לשבת במנוחה - מקומו במגרש המשחקים או בחוץ, ולא בתוך
בית הכנסת.

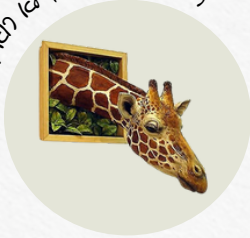
זה ממש מפריע להתפלל.

בבקשה מכם, הורים שמביאים את ילדיהם איתם - אנא קחו אחריות והשגוהו על
התנהגותם.

ואם הילד כבר משתעמם, כדאי להציע לו לשחק בחוץ במקום שיפריע לתפילה.

בתודה על ההתחשבות באנשים ובנשים שבאים לבית הכנסת על מנת להתפלל,
ותפילתם מופרעת.

שבת שלום
אילה אפרתי



הלנה ליד סבא וסבתא

שיחה עם רחלה ויוסי שנקר

הבן השלישי, זוהר, תושב אור הנר, נשוי לרחל, והם הורים לשלושה ילדים בגילי 2, 5 ו-8. הוא עובד כעצמאי בחברה שמתמחה בבירוקרטיה של התקנת מערכות סולריות. שותפו הוא יקיר כהן מקיבוץ ניר עוז, ששמו התפרסם בעקבות האירוע המטלטל שעבר עם משפחתו (בכתבה שפרסם אלמוג בוקר חדשות 13). המשרד שלהם ממוקם בבית קמה.

תושבי אור הנר, 110 משפחות, פונו בהתחלה מהדרום למלון לייק האוס בטבריה. כשהיו בטבריה, עזרה לו הילה, האחות הגדולה, שגרה בקיבוץ תל קציר, במרחק 10 דקות מטבריה. "הפעם היחידה שפגשנו את הילה, בתנו, מאז תחילת המלחמה", אומרים השנקרים, "הייתה בטבריה, כשבאה לעזור לזוהר. ב'חיים הקודמים' שלנו היינו פוגשים אותה פעם בחודש". קהילת אור הנר עברה כעבור חודשיים למלון אוריינט בירושלים, וזה שינה את כללי המשחק: "זוהר ורחל חוזרים מהעבודה ב-19:00. כיום אנחנו מוציאים את הילדים מהמסגרות לפחות פעם בשבוע ונשארים עד ההשכבות".

רחלה ויוסי שנקר הם סבא וסבתא שרגילים להתגייס לעזרת ילדיהם בגיגול של החיים, אבל בתקופה הזאת - זה ברמות אחרות לגמרי.

נתחיל ביאיר, בנם השני. הוא ואשתו דניאלה גרים בראש העין, הורים לשלושה ילדים בני 2.5, 6 ו-8. חודשיים לפני המלחמה התמנה יאיר בטקס רב רושם, בנוכחות הרמטכ"ל, לתפקיד קצין משאבי אנוש של פיקוד צפון. מיד עם תחילת המלחמה הוא נשאב לתפקיד בכל הכוח - שוהה בצפון, "בור", עם מפקד הפיקוד, ואחראי על כל הסידורים שקשורים לכוחותינו בצפון. דניאלה, אשתו, היא סגן אלוף, משרתת בתל השומר כמשבצת מילואימניקים בעלי מיומנויות מקצועיות (רופאים, מכונאים ועוד) ליחידות השונות. מתחילת המלחמה שניהם בצבא, 24/7. והסבים והסבתות משני הצדדים מגויסים לטיפול בנכדים. "בהתחלה לא ידענו לאן זה הולך". אומרת רחלה, "שלושת הילדים של יאיר מאוד נמרצים, ברוך השם, וניסינו לפצל אותם בינינו לבין המחנות. הבאנו את הילדים אלינו לסופי שבוע ארוכים מחמישי עד שני. בשלב מסוים המסגרות

חזרו, ובמקביל דניאלה החלה לעשות משמרות לילה, במטרה להיות נוכחת עם הילדים. וכדי לאפשר את זה אנו אוספים פעם בשבוע את הילדים מהמסגרות אלינו הביתה ולמחרת מחזירים אותם".

יוסי משתף: "בתחילת המלחמה יאיר היה מגיע לכמה שעות לראות את הילדים, להפיג געגועים, כשנרדמו, היה חוזר צפונה. באחת השבתות יאיר הגיע אלינו קצת אחרי כניסת השבת, להיות עם משפחתו ששהתה פה. זאת הייתה חוויה מרגשת ומשמעותית מאוד לכולנו. ולמחרת, בבוקר מוקדם, נסע חזרה..."



יאיר והמשפחה בטקס המינוי לתפקידו. משמאל - הרמטכ"ל.

לסיכום:

אנחנו נהנים מזה. לא נכחיש שמדי פעם חוזרים הביתה "בלי אוויר". ברור שיש שחיקה".

נוסטלגיה:

רחלה: "כשאני הולכת עם נכדתי והיא מבקשת ממני לקנות דברים, אני נזכרת בסרט שעשיתי על הפינוי לבני ברק. באתי לבני ברק עם קבוצה של מי שהיו אז הבוגרים שבחבורה, והם סיפרו על מעשי קונדס, ואיך הם חתרו למגע עם ממתקים בדרכים שונות ומשונות. התקופות האלה מהדהדות במחשבותיי".



ילדיו של זוהר בשדות קיבוץ אור הנר.

יוסי ורחלה מספרים שהסיטואציה מזמנת להם קשר מיוחד עם חברי קהילת אור הנר. המלון בירושלים קיבל אותם נפלא, ולילדים יש מסגרות לימוד. רחלה: "באחת הפעמים כשהגעתי למלון, גיליתי את נכדתי בת ה-8 בעמדת הקבלה של המלון, מתאימה את כרטיסי המפתח הדיגיטליים למספר החדר, מרוצה עד הגג! פעם אחרת בדיוק הכריזו במלון שיש למטה שולחן מתנות, וכולם מוזמנים לבוא ולקחת. קולות הטיפוף של הילדים הרצים במורד המדרגות, וההסתערות על המתנות, היו מחוזה נדיר".

הילה, הבת הגדולה לבית שנקר, גרה בקיבוץ תל קציר שבצפון. גם היא מתמודדת עם בעל שנעדר הרבה מהבית, מעצם היותו עובד באסדת קידוח. ביום הראשון למלחמה הוא גויס למילואים וחזר רק כעבור שלושה שבועות. בתקופה הנוכחית ההורים זמינים לה הרבה פחות מאשר בעבר.

ליאור, הבת הרביעית, נתקלה בהשלכה אחרת של המלחמה, כאשר מקום העבודה שלה במהלך 5 השנים האחרונות נאלץ לערוך צמצומים והיא הוצאה לחל"ת. ליאור מחשבת כרגע מסלול ברוח אופטימית, היא גרה בתל אביב ומחפשת הזדמנויות עבודה שיביאו לידי ביטוי את יכולותיה והניסיון התעסוקתי הרב שצברה.

איך זה משפיע על העבודה שלכם?

רחלה: "אני בדואר ובהתנדבויות, וזה מאפשר לי גמישות. יוסי מביא את הילדים בדרך כלל ביום ראשון, ואני לוקחת אותם למסגרות בבוקר ביום שני, שהוא יום קל יותר בדואר.



משק ילדים פתוח בשבת בין השעות 11:00-12:00 (שעת תורנות האכלה)

בנוסף, ניתן לבקש ממני מפתח ולהגיע עצמאית מחוץ לשעות התורנות בשבת וכמובן שביום חול.

מוזמנים ליהנות מהמרחבים, מהחיות ומהטבע שיש למקום להציע. יש מיגונית במקום. בואו בשמחה. 🌸

נירית אפרתי והצוות



איחוד מחודש בחזרת בן הזוג מהקרב

רותם בית אריה

ולהיעדר תקווה. במצב שאין אפשרות להעביר את האחריות לבן הזוג, מוצאת עצמה האישה במצב של דריכות קבועה. התפקוד בעבודה, ההגעה בזמן לילדים, אחזקת הבית בלילה, ושוב בבוקר וחוזר חלילה, ללא חלוקה עם אדם נוסף. דריכות קבועה מביאה לעייפות קשה ולצניחה בכוחות האישיים.

במשך התקופה הזאת העומס היומיומי עלול להביא לכך, שמנשים רבות נמנעה היכולת לעשות שימוש במנגנונים המשמרים יציבות נפשית, כגון פעילות גופנית, שעות של אוורור, חוגים, מפגש חברתי וכיו"ב.

במלחמה ישנה נטייה להתייחס לחייל היוצא לקרב כאל גיבור. העיסוק בחוויית הקרב הקשה והיעדר התייחסות לאחזקת האישה את הבית וההתמודדות שלה, יוצרת חוויה של העדר לגיטימציה לכאוב ועלול לייצר חוויה של חוסר נראות עבור האישה.

לסיכום, חוסן נפשי נמדד כיחס בין יכולת התמודדות לבין דרישות המציאות. בחודשים אלה, חיי בת הזוג מאופיינים בהגדלה משמעותית של המשימות ושל מקורות הדאגה, ובמקביל הפחתה משמעותית של מקורות מילוי האנרגיה, דבר המוביל לירידה משמעותית בחוסן בתקופה זו.

איך נחזיר את האיזון אל הבית?

קחו בחשבון שיש צורך בתקופת התקרבות מחודשת: לאחר חודשים של התרגלות לבדידות, כדרך בריאה להתמודד עם המציאות מצד בת הזוג, ושהייה במרחב מלחמתי מצד בן הזוג, ייתכן שהמפגש הראשוני ביניהם יהיה מאופיין בהיעדר קרבה ואפילו בקור וריחוק. חשוב להסתכל על תחושת ריחוק זו,

"ככל שניהול הבית היה משותף בטרם יציאת בן הזוג למלחמה, כך החזרה עלולה להיות מורכבת יותר."

המאמר הבא פורסם בפייסבוק ואנו מודים לרותם על נכונותה לפרסם אותו ב"מבית". רותם היא ד"ר בפסיכולוגיה, שהתמחתה בין היתר בטיפול והתערבות בחירום ובטראומה.

מצב מלחמה הוא מצב ייחודי, בו אחד מבני הזוג נעדר מהבית לתקופה ממושכת לצורכי המלחמה. החזרה הביתה עשויה להיות מורכבת ביותר. בן הזוג מגיע אחרי אירועי המלחמה בשדה הקרב, ונפגש עם אישה שעברה תקופה מורכבת גם היא, לרוב ללא הכנה למפגש ביניהם.

אז מה חשוב שכן הזוג החוזר מהקרב יידע על מי שנשארה בבית?

במרבית הבתים בשלב כלשהו של היום-יום השגרתי ישנו מפגש בין בני הזוג. מפגש זה הוא מהותי לקיום הבית ומהווה מקור תמיכה משמעותי. בהיעדרות ממושכת ישנה חוויית בדידות חוזרת, יומיומית, לפעמים בלתי נסבלת. הילדים נרדמים ובמקום רגע זוגי של לקראת הלילה, הקירות שותקים, הבית ריק.

ניהול בית דורש התכוונות אינטנסיבית, ראיית הילדים ומאמץ פיזי ונפשי. במצב בו ניהול הבית מתחלק בין שני בני זוג, ישנה חלוקה של המשאבים, ועל פי חלוקה זו מתארגן כל אחד מבני הזוג. בזמן המלחמה נדרשה האישה להתארגנות מחדש, הן בממד הפיזי והן בממד הנפשי.

במלחמה קיימת האפשרות שכן הזוג ייפגע ואף יקפח את חייו. מציאות זו מתווספת לקושי היומיומי, ועלולה לצבוע בצבעים כהים את כל התנהלות היומיום. דאגה קיומית זו, יחד עם הבדידות, עשויה להביא למחשבות חודרניות, להיעדר שינה, להימנעות ממצבים המזכירים את מקור הדאגה, לחרדה קיומית

"אל תניחו שאתם מבינים את מקומו ותפקידו של כל אחד. אתם במציאות חדשה, עשו תיאום ציפיות ותתאימו את החוזה למצב הנוכחי".

לא כניתוק אלא כתהליך, דרכו שני אנשים אוהבים מתרגלים מחדש אחד לשנייה. תכין את עצמך לתמיכה משותפת ולא להישענות שלך: הסביבה של החייל החוזר היא סביבת ביתו האורגני. עליו להתחשב בזה כי הסביבה אליה הוא מגיע אינה זהה לזו שהוא הכיר. זו סביבה עם כוחות מוחלשים יותר, הזקוקה גם היא לתמיכה ובנייה מחדש. עתה יש בבית נזקקות משותפת, ולא יכול להיות תומך ונתמך.

מציאו דרכים לחזור לתקשורת: תקשורת הינה מרכיב מרכזי בזוגיות, אולם במצב משברי חשיבותה עולה עוד יותר. ייתכן שבני הזוג מתקשים בשלב הראשוני של המפגש המחודש לייצר תקשורת פתוחה, כזו המאפשרת לברר איפה כל אחד נמצא, מה כל אחד צריך, ובאופן אמפתי וללא שיפוט להבין כיצד השני מרגיש. בהיעדר תקשורת בוגרת הרגשות שכל אחד סוחב עלולים להרחיק במקום לקרב.

התאימו את חוזה השותפות שלכם: השהות המשותפת היומיומית בבית מייצרת חוזה, לרוב לא מדובר, בין בני הזוג, בו כל אחד תופס את מקומו בזוגיות ובבית. ניתוק של תקופה ממושכת, בעיקר בתנאי מלחמה מתוחים, דורש התאמה של החוזה ותיאום ציפיות בתוך הבית והתא המשפחתי. אל תניחו שאתם מבינים את מקומו ותפקידו של כל אחד. אתם במציאות חדשה, עשו תיאום ציפיות והתאימו את החוזה למצב הנוכחי.

הקפידו על עין טובה: הנטייה הטבעית לאחר תקופה כזאת היא במתן דגש לצורכי העצמי. לעיתים קרובות אנחנו מפרשים באופן שלילי את האחר. לכן, חשוב להניח שכל אחד עושה את הכי טוב שהוא מסוגל כרגע. במידה ונפגעתי, ככל הנראה השני לא התכוון לפגוע בי. יתכן שהוא עייף בעצמו, עצוב, פוחד, מודאג, או מוצף בעיסוק במה שעבר ועובר עליו.

תן כבוד לזה שלא היית הרבה זמן: ככל שניהול הבית היה משותף בטרם יציאת בן הזוג למלחמה, כך החזרה עלולה להיות מורכבת יותר. על בן הזוג לתת כבוד לזה שתקופה ארוכה הוא לא היה חלק בניהול הבית, על אף שהוא רגיל להיות חלק, וכך הוא תופס את עצמו. בתקופה הראשונית של החזרה הביתה כדאי להיזהר מביקורת, להיות סבלני ולצפות לתהליך עד לחזרה כשותף מלא.

קחו בחשבון את פערי הקצב ביניכם: בין אזור מלחמה לבין הבית ישנם הבדלי קצב ועוצמה משמעותיים. לרוץ בשדה הקרב תוך כדי יריות שונה מהותית מהרדמת תינוק באטיות ובסבלנות. להיכנס לקצב משותף לוקח זמן ודרוש לזה כיוול מחדש. אל תיבהלו מכך שהקצב שלכם הוא אחר. התחשבו בקצב של האחר, ולאט לאט הריקוד שלכם יתאחד לכדי קצב משותף.

החזירו כוחות לבת הזוג: בחזרת בן הזוג, הגיעה שעתה של בת הזוג להתאווורר. עם זאת, לעיתים בן הזוג חוזר מוצף, ואינו מסוגל לספק תמיכה מיטיבה ולאפשר את האווורור לו היא זקוקה. יש לעשות ככל הניתן על מנת לאפשר לה אוורור מסוג אחר. שחרור חלקי ממשיות הבית, יציאה עם חברות, חזרה לפעילות גופנית וכל דפוס התמודדות ושחרור ששימש אותה טרם המלחמה.

הקפידו לבלות ביחד: זמן משותף חיוני לחזרה לשגרה. במידה וקיים בין בני הזוג פער בצרכים בשלב הראשוני, יש להתאים את השהות המשותפת אחד לצורכי השני. גם לשבת ביחד ולהחזיק ידיים נחשב שהות משותפת. גם שתיקה משותפת יכולה להיות רגע אינטימי.

אל תיבהלו: הזכירו מי הייתם לפני שהכל התחיל, אתם עדיין אתם, אך קצת בצורה אחרת. עברתם חוויה מטלטלת ואתם זקוקים לזמן להתגברות עליה. מלחמה והיעדרות ממושכת מהבית מהווים משבר לכל דבר, ואתם חווים תגובה צפויה ותקינה למצב. עם זאת, ככל שתנהלו את השלב הרגיש הזה ברגישות, חברות ובגרות, מתוך משבר אפשר יהיה לצמוח, להתחזק ולאהוב אפילו יותר.



הדף השבועי של הקיבוץ הדתי

מתחדשים ונוטעים תקווה



לשאת בסבלו של האחר - גם היא משמעותית מאוד. וכך יצא שבימים אלו יותר ויותר אנשים מיישובי התנועה ומוסדותיה מתגייסים למשימת התמיכה במשפחות החטופים. הם באים פשוט מחיבור נקי, מרצון לעשייה, לתפילה מעומקי הלב. נראה שיש כאן רצון חזק פשוט לעטוף את אחיותינו ואחינו, ואולי להצליח לרגע לשאת מעט מהכאב הנורא שלהם. השבוע היו אלה אנשי שלוחות, מעלה גלבו, טירת צבי, שדה אליהו ועין צורים וכן תלמידי בית הספר העל יסודי בשדה אליהו ובנות מדרשת רוני. בשבוע הבא מתוכננים להגיע אנשי לביא וקבוצת יבנה. כדי להירשם למשמרת בכיכר החטופים ניתן לפנות לריבה פריד - 0523749310

ט"ו בשבט רחוק מהבית

איך חוגגים השנה את ט"ו בשבט בקהילות המפונות שלנו - סעד ועלומים. האם ויתרו על הנטיעות בשל המרחק מהבית? מסתבר שלא ולא. נוטעים בבית. נוטעים במלון. מכינים עץ משאלות, שרים והפלא הגדול של קהילות שאף על פי כן ולמרות הכל - הופכות את המציאות הקשה לקצת יותר טובה - משאירה אותנו פעורי פה. קהילות עלומים וסעד - בשנה הבאה בע"ה בנטיעות בנגב היפה והשקט.

צומת דרכים

יישובי העוטף כולם נמצאים בימים אלו בצומת דרכים בלתי נתפסת. שאלת החזרה הביתה עומדת על השולחן, מפלגת בין אנשים, מדירה שינה מהעיניים, והופכת את המציאות הלא פשוטה, לקשה עוד יותר. מול האופטימים חסרי התקנה שהיו מוכנים אתמול לחזור, ישנם הטוענים וכנראה בצדק, שיהיה לזה מחיר מול הגורמים הממשלתיים. מול החוששים והמבועתים מהמחשבה לחזור ליישובים ולשמוע קולות מלחמה ברקע, יש את אלו שכבר זולגים הביתה כי לא עומדים בזה יותר. כולם צודקים. כולם טועים. כולם יקרים. שמעו את דבריה של שרה עברון, מזכ"לית התנועה בכנסת השבוע ותבינו שהמורכבות כאן היא שם המשחק.

שבת שלום, שרה עברון

בעת כתיבת שורות אלה הבשורות המרות על האסון בדרום כואבות מנשוא, הלב מבקש תקווה, המערכה נמשכת, ונדמה שהניצחון רחוק. ט"ו בשבט מזמן אותנו להרים מבט, לחזק את הרוח ולצמות. זה הזמן לעדכן על התחדשות בשני תחומים כלל-תנועתיים: עמודים וארכיון הקיבוץ הדתי. שני מפעלים אלה הם מפעלים המספרים את הסיפור המשותף שלנו כתנועה, מעניקים לו עומק, מקשרים אותו לסיפור הרחב ומפייחים בו את הרוח.

ארכיון

הדר בשן, שניהלה את הארכיון בשנים האחרונות, מסיימת בימים אלה את תפקידה, זה המקום להודות לה על עשייתה המבורכת. ניהול הארכיון עובר לידי האמונות של נחמיה רפל, חבר קבוצת יבנה, ומזכ"ל התנועה לשעבר, נאחל לו ולנו הצלחה רבה.

עמודים

קוראי עמודים הנאמנים כבר יודעים כי ריבה פריד, שערכה אותו בכישרון, יצירתיות והתמדה, סיימה את תפקידה כעורכת. רינת דרור מקיבוץ מירב קיבלה על עצמה את תפקיד העורכת, ובימים אלה ממש היא עמלה על הפקתו של עמודים המתחדש, הגיליון הראשון בעריכתה, בליווי ובתמיכה של צוות קטן. בכוונתנו לחדש גם את אופן המנוי ולעמול על הרחבת מעגל הקוראות והקוראים.

התחדשות שני המפעלים הוותיקים הללו טומנת בחובה מסר חשוב שיש בו חיזוק הרוח. יש בשניהם ראייה רחבה של המציאות, והבנה שיש לנו תפקיד בתוכה, שאנחנו חלק משרשרת הדורות ושבידינו האחריות לעצב את המציאות ולהשפיע עליה, למען הדור הבא.

לבקש לקרוע שערי שמים

שבוע קשה מנשוא עובר עלינו ועל עם ישראל כולו. התחושה היא שצריך הרבה תפילות כדי להכניס קצת תקווה ללב. המקום של הרוח חייב לקבל מקום חשוב, והחיבור של כולנו, הנכונות של כל אחד



במערכת החינוך

מור וולף

שחר ואורי בית אריה, נעשה תהליך קבוצתי בו כל הילדים היו שותפים לתוצר משמעותי ובעל ערך. בשבוע שעבר צוינה מסורת "פלאפל דוגו" בהובלת חברת נעורים והטילונים. ישר כוח!

משק ילדים

משק הילדים נכנס לשגרה ברוכה. כל בתי הילדים נהנים להגיע פעם בשבוע לפעילות במרחבים הפתוחים, להתנסות בהאכלת בעלי חיים ועבודה בגינת הירק. בשעה טובה קיבלנו אישור ממשרד החינוך, לפיו ילדי הגיל הרך יצטרפו לפעילות "מפגשים במשק", בהנחייתה של נירית. ילדי הפעוטונים זוכים לפעילות עם חיות, אצלם בפעוטון וילדי הגנון והגן מגיעים לפעילות במשק הילדים. מהילדים נשמע כי ישנה התרגשות ושמחה. בנוסף, ילדי חברת נעורים בוחרים להגיע בשעות הצהריים ונהנים לעבוד במשק. אנו זוכים לשיתוף פעולה עם ילדי פנימייה בליווי של גיל בן חמו, שמגיעים פעם בשבוע, ובהנחיית גיל מטפחים ומתמקצעים במיומנויות בנייה ושיפוץ.

פעילות הצופים

רכזת הצופים החדשה, נגה יגאל, גויסה מתחילת המלחמה. הצוות המוביל, בראשות מקבץ שמיניסטים, ראשי הגדודים ומדריכים מ"א ו-י', מובילים את השבט ומצליחים לייצר שגרת פעילויות. בקרוב צפוי יום עדה (אירוע ט"ו בשבט של הצופים) ומפקד הכרזת שם לכיתה ו'.

אנו גאים ומוקירים את הנוער שמבין את חשיבות קיום השגרה עבור החניכים ומתגייסים לאתגר למרות אירועי התקופה. בהזדמנות זו נודה לשרית פישביין שלוקחת על עצמה את הובלת הצופים מתוך תחושת שליחות אמיתית ופועלת ללא לאות מאחורי הקלעים.

בתפילה לימים של שקט ובטחון.

"הימים שעוד נכוננו לנו

שיהיו נכונים, שיהיו רכונים.." (עדיית פאנק)
בהיעדרו של ניר יעקבי היקר (שיחזור במהרה ובשלום) התבקשתי לכתוב כמה מילים על מערכת החינוך.

קליטת ילדים בעקבות המצב

הצוותים החינוכיים עושים מאמצים רבים לייצר עבור הילדים מרחב בטוח ומאפשר של שגרה בצל המצב. בחלק מהצוותים חלו שינויי כוח אדם בשל המלחמה, ובנוסף נדרשנו להוסיף אנשי צוות עם קבלת ילדים חדשים למסגרות. תודה והערכה רבה לכל צוותי החינוך על העבודה המסורה תמיד, ובייחוד בעת הזו.

מערכת הגיל הרך קלטה 18 ילדים חדשים, והם השתלבו באופן מלא ומיטבי. נעשו התאמות של כוח אדם במסגרות השונות, וכן פיצלנו את בית התינוקות לשני אגפים. נראה כי הילדים נהנים ממסגרת עקבית ושומרים על שגרת היום.

גם בכיתות א'-ו' נקלטו סה"כ 18 ילדים חדשים, שמשתלבים אצלנו בשמחה, ונראה כי נוצרות היכרויות וחברויות חדשות. כניסתם של הילדים מייצרת שינויים בהרכבי הקבוצות, ואנו פועלים ליצור יציבות ולהשריש הרגלים בתוך המצב הדינמי.

בשל מספר הילדים הרב בזוגון אביב (38 ילדים) החלטנו לפצל את ילדי א' וב' לשתי קבוצות, וכך מתאפשרת תשומת לב רבה יותר לכל ילד ופחות צפיפות.

הנוער שלנו

הנוער שלנו חזר גם הוא לשגרת לימודים, ועסוק בין היתר ביזמויות קהילתיות. חברת נעורים העלו מיצג מרשים ומרגש בעשרה בטבת. כחלק מהמיצג נפגשו ולמדו את סיפוריהם של נחום צ'ימבליסטה, שרה ברוכי ופנחס רונן. בהובלת המדריכים, איתן

אדית דגני ז"ל



הספד לאדיתה חברתי היקרה / רחלי ויצמן

"השנה 1967 בישראל מלחמת ששת הימים ואנחנו בלבנון גרים בבירות משפחה שורשית וענפה. עם חיי קהילה מסורתיים ומאוחדים. הקרקע בוערת תחת רגלינו, שמועות עברו מפה לאוזן, שליחים מישראל הסבירו שְׁכָלוּ האפשרויות לחיים טובים. היה ממש חשש לחיינו. הבנו שצריך לעזוב, הותרנו מאחור את חיי הרווחה והעושר, את הבתים הגדולים, הנוף הפסטורלי, ועלינו ארצה. בתחילה לא היה פשוט וקל. משבר תרבותי וכלכלי... ולמרות זאת נטענו שורשים בארץ".

כך מספרת גרסיה, אמה של אדית.

אדית נולדה בשנת 1965 בבירות, ועלתה לארץ כשהיא בת ארבע.

אדיתה, חברתי ואחותי היקרה

אנחנו נפרדים ממך היום בצער ובכאב גדול, בערב ט"ו בשבט. כמה סמלי מותך בחודש בו אנחנו מברכים על האילנות, על פריחה והתחדשות של הטבע.

את - אמא אדמה עם שורשים עמוקים באדמה, את עמוד השדרה של המשפחה. את - העץ עם ענפים גדולים יפים ופורחים, עץ שאפשר להישען עליו, ליהנות מצילו ומיופיו.

הקדשת את כל כולך למשפחה, לחברים ולעבודה. בכל מקום שעבדת תמיד היית "ראש גדול". מובילה, קשובה, בעלת יחסי אנוש מעולים, ידעת להכיל כל אדם באשר הוא.

אחד ממקומות העבודה שבהם עבדת היה במדגריה, במחלקת השיווק של המגזר הערבי. ידעת את שפתם ואת המנטליות שלהם, רכשת את אמונם והם את שלך. עד כדי כך שנסעת לשמחות שלהם, ואני איתך, לאחר שהפעלת עליי לחץ מתון. נסענו לחתונות, נכנסנו לכפר, וקיבלו אותך בכבוד של מלכים. אני כל הדרך אומרת תהילים, ואת שרה שירים של אום כולתום ופריד אל עטרש, ומתרגמת לי את השירים.

היינו חבורה. השתדלנו לטייל, לחגוג ימי הולדת, לבלות וליהנות מהיחד, כשאת כמובן על ההגה, מנווטת ומביאה אותנו לחוף מבטחים.

אדיתה שלנו, מלכת המטבח. בשלנית וקונדיטורית. ידעת לשלב בין האוכל הלבנוני המסורתי לבין הישראלי. תמיד פינקת את כל הסובבים אותך במשלח ידייך, ותיבלת בהרבה חוכמת חיים.

אמא מושלמת. ידעת להרעיף על ילדייך חום, אהבה ותמיכה אין קץ. למרות המשברים הקשים שעברת בחייך הקצרים, קמת על הרגלים ותכנתת את צעדייך הבאים, כשמול עינייך טובת ילדייך ומשפחתך, ורק אחר כך - את.

נסיגת חייך התחילה כשחלית בקורונה והרגשת מצוקה נשימתית, יחד עם בידוד ובדידות גדולה. לאחר בדיקת ממוגרפיה שגרתית, התהפכו חייך. אני זוכרת את הטלפון שלך שמבשר לי את הבשורה. אני בוכה ואת מעודדת. היה לי ברור שאת יוצאת למלחמה ומנצחת את המחלה הארורה הזאת. עשית כל מה שאפשר, בכל החזיתות. היה ל

ליצור, לרקוד, לנשום,
ולהקיף את עצמך בחברים טובים
מרחיבי נשימה ולב.
כזאת חברה היית בשבילי, אדית.
לנצח נזכור אותך עימנו כפי שהיית: אישה
חזקה, אמיצה, מלאת שמחה וחום.
ילדים יקרים: מיטל ושי, כפיר ותמר, שובל,
אחים אהובים: בטי, סימון, אלין ומירב, ראינו את
כל מה שעשיתם עבור אדית. הפכתם את העולם,
הייתם שם, תמכתם, אהבתם, ליטפתם, חיבקתם,
עשיתם כל מה שאפשר.
עובדי בית סביון היקרים, המלאכים אנשי חסד
של אמת, אין מילים להודות לכם על הטיפול
המסור והמכבד. תודה מעומק הלב.
נוחי אהובה שלנו על משכבך בשלום. תגני עלינו
מלמעלה. תתפללי לשלומנו. תבקשי בשבילנו שכל
חיילינו ושבווינו יחזרו בשלום הביתה.
אנחנו ניפגש בעוד 120 שנה. נפצה על הזמן
האבוד, כי יש לנו עוד הרבה מה לספר אחת
לשנייה.
אוהבת וכבר מתגעגעת.

ך חשוב לחיות לצד המחלה ולא לתת למחלה לנהל
את חייך. לצערנו בשלב מסוים, כשהטיפול
הביולוגי לא עזר, התחילה הנסיגה לאחור.
למרות כל המכאובים, הכאבים והסבל, רוחך לא
נשברה. כל הזמן אמרת: אני חזקה, ואני מתמודדת.
אני רוצה לחיות, וליהנות מההנאות הקטנות של
החיים. עברת לילות קשים של דאגה ובדידות,
קמת בבוקר ושירדת שהכל בסדר. כל עוד יכולת,
עשית זאת, ונסכת בכל סביבתך תקווה גדולה.
החיים לא הוגנים. זאת כבר למדנו.
אנחנו נזכור את השנים הטובות. הימים היפים של
הבילויים ביחד, טיולים, ארוחות, חגיגת ימי
הולדת, שבתות שטח ועוד אינספור זיכרונות רבים
ששום מילה אכזרית לא תוכל למחוק.
אם יש דבר שמנחם אותנו כעת, זה שאת כבר לא
סובלת ויכולה כעת לנוח.
מותך בגיל 59, חצי הדרך אל ה-120, האיץ בי
שוב לזכור את מה שאנחנו יודעים, אבל פעמים
רבות שוכחים:
להתמקד במה שעושה לנו טוב,
לעשות רק מה שאוהבים,
לאהוב בלי לחשוב,

לשירי ומרדכי טויטו
ולכל המשפחה
משתתפים בצערכם
בנפול בנכם
סרן אייל (מבורך) טויטו הי"ד
בקרב בחאן יונס
בית קבוצת יבנה
ובית הספר העל יסודי אמית קבוצת יבנה
◇
שירי היא מנהלת החטיבה העליונה של ביה"ס

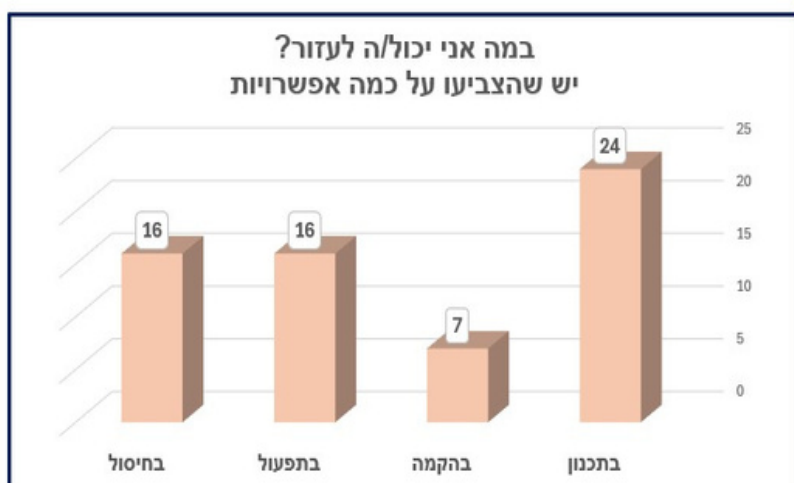
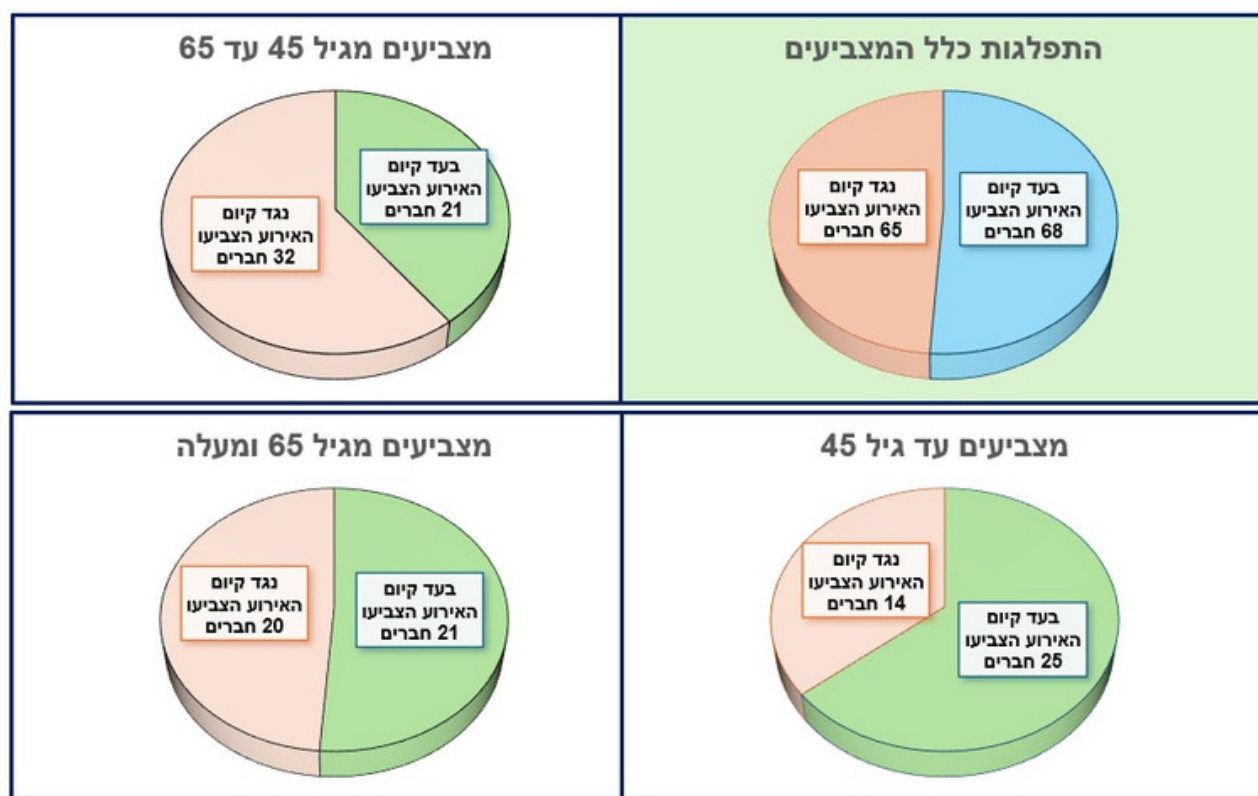
אבלים
על פטירתה של חברתנו היקרה
אדית דגני ז"ל
תנחומינו
לילדים: מיטל, כפיר ושובל
לאחיה סימון,
לאחיותיה: בטי, מירב ואלין,
ולכל בני ובנות המשפחה
איתכם בצערכם
בית קבוצת יבנה

תוצאות משאל: "פעילות בוקר יום העצמאות"

ועדת תרבות

בשנה שעברה נתקלנו בקושי לגייס צוות לפעילות בוקר יום העצמאות. את הקושי אנו מזהים כבר מספר שנים בעיקר בגלל רצונם של החברים ביום זה להתכנס בחיק המשפחה. אנו מתלבטים כיצד לקיים אירוע שכזה, אם בכלל. התשובות שהתקבלו מהמשאל יעזרו לנו לקבל את החלטה. לסקר התקבלו תשובות מ-133 משיבים. תוצאות המשאל מובאות בזאת, לציבור. ועדת תרבות תציג את תוצאות המשאל בפני הנהלת הקהילה, ויתקיים דיון משותף לצורך קבלת החלטות.

להלן תוצאות המשאל:





משולחנה של מנהלת חברה ופרט

חמוטל דברת-איתן

עיניים ותציעו עזרה. מקסימום תקבלו תשובה שאין צורך.

תקנון דיור

השבוע נפגשה וועדת חברים לדיון המשך על תקנון הדיור. תקנון הדיור הקודם נוסח לפני הבנייה החדשה, ומראש נכתב בו שיהיה צורך לחזור ולדון בתקנון לאחר כשנתיים. עברו כבר שלוש שנים מאז, ויש צורך לעדכן את התקנון על פי מצאי הדירות ועוד קריטריונים. כחלק מלימוד הנושא, בחנו גם תקנונים בקיבוצים אחרים, וראינו שיש אצלם התייחסות גם לנושא של חברים שמתגרשים ונשארים לגור בקיבוץ, ולשאלה כיצד החלטה זו משפיעה על השיבוץ בבתיים בגדלים שונים. לכן, לראשונה, הוועדה בחרה לדון במקרה כזה גם אצלנו, ויהיה בתקנון סעיף בנושא זה. בקרוב הדבר יובא לדיון במועצה, כשלב מקדים לפני אספת החברים.

ט"ו בשבט ושבט שירה

השבוע חגגנו למרות הכל את תחילת השנה של האילנות. תודה לכל העושים במלאכה ומטים כתף להרמת אירועים כאלה. ט"ו בשבט הוא זמן טוב להתחבר לשורשים ולאמא אדמה, לזקוף קומה ולהביט קדימה בתקווה לצמיחה ופריחה, וגם לפעול לטובת הדבר. בשבת נציין את שבת שירה. אחרי שנות שעבוד רבות, ייאוש וזעקות לשמים, בני ישראל נגאלים וזוכים לראות את הנס הגדול של קריעת ים סוף וטביעת האויב המר. בני ישראל פוצחים בשירה גדולה ונשות ישראל יוצאות במחולות ושירה. נשות יבנה החליטו לציין את השבת יחד בתפילת שחרית נשית בה נוכל להתפלל ולשיר יחד בתפילה לימים טובים.

שבת שלום

השבוע ליווינו בצער את חברתנו אדית דגני בדרכה האחרונה. נלמד ממנה על דבקות במטרה, על התמודדות הירואית בכל קושי שהחיים זימנו לה, וכל זאת דרך הסתכלות אופטימית, הארת פנים ועזרה לסביבה. יהי זכרה ברוך.

השבוע גם כאבנו עם כל הארץ את האובדן הגדול של חיילים רבים, וקושי זה נערם על ערימה של קשיים, דאגות, מכאובים ושחיקה. לאחרונה שמענו מכמה וכמה נשים שבעליהן משרתים במילואים כבר שבועות ארוכים על הקשיים הנוספים שיש להן, מעבר לקושי שכולם חווים. מעבר לקושי של ניהול בית וילדים לבד, דאגה רבה וחוסר שינה וחוסר הידיעה מתי כל זה יסתיים, ישנן הוצאות כספיות רבות, הרבה מעבר לרגיל ולתקציב שלנו. המדינה מכירה בעובדה זו ומעניקה מענקים רבים למשפחות המילואים. בהנהלת הקהילה אנו מכירים בעובדה שיש צורך גם בתמיכה כלכלית ונבחן כיצד ניתן עזרה זו. לכשנחליט על הדרך, נביא את הדבר לידיעת הציבור.

ועוד בנושא זה, כחברים בקיבוץ, ישנה ציפייה שהמוסדות יתמכו בחברים השונים המתמודדים עם קשיים. אנו משתדלים לתת מענה כשאנו חשופים לקושי וגם לחשוב מראש במה ניתן להקל ולהציע עזרה. עדיין, לא נוכל לכסות את הכל ויש מקום גם ליוזמות אישיות או קבוצתיות של החברים. אין כמו מילה טובה והצעת עזרה של חבר או חברה לחבר או חברה אחרים. לא צריך להניח שמישהו אחר וודאי כבר עזר, אלא להסתכל סביב ולהציע עזרה. כמובן שיש חברים וקבוצות שכבר עשו ועושים זאת, אבל מסתבר שלא מספיק. ישנן למשל משפחות שלא מקבלות הזמנה לארוחות שבת. שימו לב, פיקחו

מרפאה 

טל. 08-8548300, אחות חירום - 050-6998317, איחוד הצלה - 1221, דואל: mrkyavne@clalit.org.il
שעות קבלה - ד"ר מולא: יום א' 11:00-07:30, יום ב' 10:30-8:00, יום ג' 12:30-11:00, יום ה' 18:00-16:00

ליהיו ימים טובים ולשורות טובות, לזכות המרפאה

פזמון ליקינתון / לאה גולדברג

לילה לילה מסתכלת הלבנה
בפרחים אשר הוצו בגנה,
בציצי היקינתון בגננו הקטן
לילה לילה מסתכלת הלבנה.

ואמרת הלבנה לעננים
תנו טפה ועוד טפנת לגנים
שיפרח היקינתון בגננו הקטן
כך אמרת הלבנה לעננים.

בא הגשם וצלצל בחלונני
שר נגון עליז לפרח בגני
וענה היקינתון בשמחה ובששון
למטר אשר צלצל בחלונני.

ומחר נצא כלנו אל הגן
ונראה שם את הפרח הלכן,
ולכבוד היקינתון בני ישיר את
הפזמון

ושמחה גדולה מאוד תהיה בגן.



האיור הראשון להתרחשות בשיר, מעשה ידי אריה בון, שנדפס לצד השיר
בספר שיריה לילדים של גולדברג "מה עושות האיילות" (1949)

על השירים: יצחק ברוכי

כתובת המערכת: bimkomon@gmail.com. לבקשות ומשאלות פנו לדינה ספראי

יש לשלוח חומר עד יום רביעי ב-09:00.

במקרים חריגים עד רביעי ב-16:00 - בתיאום מוקדם.

