גיליון 10 | מאי 2021

השדרה

מגזין שדה ורבורג

עושים טוב



תוכן העניינים

3 **דבר המערכת**

4 **מכינת "מגדלור" על שם ברק ועמיחי איטקיס ז"ל**
אריאלה וחיים איטקיס

6 **רוכבים עם כוכבים**
חלי סלוצקי

8 **מוזיקה, ללב היא חודרת**
רוזי לוי ואורלי ולינגשטיין

10 **תרומת דם לבעלי חיים ולבעליהם**
סיון בנד

12 **מחושך לאור**
רום לבבי לביא

13 **לתת כשאתה אוהב**
יעל לנדאו

14 **עמותות, עמותות, עמותות**
תומר לוי

15 **שירי-עם, גיטרה ובומבו**
נורית שטרנברג

16 **יחד, לב אל "לב הדסים"**
מיכאל שטרן וענת הנדלר

17 **זהבה דהוואן - אין גיל לנתינה**
נירה וארנון קפלנסקי

18 **אמץ רופא.ה**
עדי כרמון, מאיה סופר

20 **משפחה מאמצת משפחה**
מיכל ארד

22 **הבית של בנג'י - בית חם לחיילים בודדים**
אילת שור

24 **שוקולד, מלאכים, פרפרים...**
גדעון סגל

26 **אחת משלנו**
דיקלה אלמגור

27 **בין שני עמים**
גבי מגל



4 מכינת "מגדלור" על שם ברק ועמיחי איטקיס ז"ל


27 בין שני עמים


8 מוזיקה, ללב היא חודרת


6 רוכבים עם כוכבים

המערכת

ראיונות: רותי טלמור

כתיבה ועריכה: רותי טלמור, אילת יוסף, אורה רייס, נורית שער

עיצוב גרפי ואיור שער: יעל הבר-שוטן

דבר המערכת

אנחנו שמחות להגיש לכם ולכן את גיליון מס' 10 של מגזין "השדה", גיליון מרגש במיוחד, שעוסק במעשים טובים.
הרעיון לנושא זה עלה לאחר שהפקנו את גיליון מס' 9, בעידן שלפני הקורונה, והתלבטנו למה נקדיש את הגיליון הבא. לאחר שהתקבלה ההחלטה על "עושים טוב", התחלנו לאסוף סיפורים. בדיעבד, תקופת הקורונה העלתה את העשייה על פני השטח וסיפקה לנו עוד סיפורים רבים.
מסתבר, שאנשי שדה ורבורג מרבים לעשות מעשים טובים. מי במסגרת העבודה לפרנסתו ומי בתחומים אחרים, מי במשבר הנוכחי ומי מאז ומתמיד, מי בעשייה מסויימת ומי בכמה תחומים, מי במסגרת הקהילה שלנו ומי במקומות אחרים, מי בגלוי ומי בסתר.
נחשפנו לסיפורים מרגשים מאוד. אנשים מסויימים פנו אלינו וסיפרו לנו על מעשיהם, אחרים נענו לפנייתנו וסיפרו, ואחרים סירבו להיחשף. כיבדנו את רצונם של כל אחד ואחת, ותוך כדי שיח איתם, גילינו עוד ועוד אנשים אחרים שעושים למען הזולת.

ברור לנו, שאנשים שהתלבטו ובסופו של דבר התרצו וסיפרו, לא עשו זאת כדי להלל את עצמם. אנו מודות להם מקרב לב על כך ששיתפו אותנו ואתכם בסיפוריהם.

אספנו חומר רב, והחלטנו להתמקד הפעם בעשייה שאיננה מופנית רק לקהילת שדה ורבורג. לכך ולוועדות השונות שפועלות בכיוון זה, נקדיש גיליון מיוחד. אנו מתנצלות בפני כל מי שמעשיו הטובים אינם נכללים בגיליון זה.
קראנו ושמענו את הסיפורים, והתרגשנו. מדהים להיווכח עד כמה אנשים מוכנים להשקיע – זמן, מאמץ ורגש – לא רק כסף, כדי לעזור לאחרים שגורלם לא שפר עליהם.
התרגשנו גם לגלות, שרבים חשים, שבמעשיהם הטובים הם מקבלים לא פחות משהם נותנים.
התברכנו, ואנו חיים בקהילה מופלאה, שעל דגלה חרוט: עזרה לזולת.

מכינת "מגדלור" על שם ברק ועמיחי איטקיס ז"ל

מאת אריאלה וחיים איטקיס

אנחנו רוצים לשתף את תושבי הכפר בעשייה ישראלית, חינוכית וחברתית מבורכת, שיש לנו הזכות להיות שותפים לה.
שנינו אנשי חינוך, העוסקים כל חיינו במפעלי חינוך בארץ ובתפוצות: אני - אריאלה, כמורה, כמנהלת בית-ספר וכמנהלת מחלקת חינוך; ואני - חיים, בתפקידי האחרון, כמנהל הגף להשכלת מבוגרים במשרד החינוך. במסגרתו, ניהלתי פרוייקטים של השלמת השכלה למבוגרים, בהם חיילים, סוהרים, אימהות חד-הוריות ולומדים במגזר שאינו דובר עברית – החל מרמה של ביעור הבערות ועד לתעודת גמר תיכון. זאת, בנוסף לריכוז נושא המתנדבים במשרד החינוך וניצוח על חבורות זמר. כמשפחה, שהינו שנים אחדות במקסיקו ובארצות-הברית בשליחויות חינוכיות ציוניות.
מיטל איטקיס-כהני, בתנו, היא בוגרת המרכז הבין-תחומי ועוסקת במגוון תחומים: שיווק ופרסום, מיתוג, צילום, פילאטיס, הרצאות בארץ ובתפוצות.
לאחר נפילת שני בנינו, סג"מ ברק איטקיס, קצין בחיל-הים, שנפל בעת מילוי תפקידו ב- 8.2.1998, ואחיו, טייס הקרב רס"ן עמיחי איטקיס, שנפל בפעילות מבצעית ב- 10.11.2010, החלטנו להמשיך את דרכם - ודרכנו - בעשייה ציונית ובתרומה לחברה ולמדינה. יחד עם חבריו של עמיחי ועם ישראלים יפים וחדורי שליחות נוספים, הקמנו את מכינת "**מגדלור**", על שמם של ברק ועמיחי. יוזמי המכינה ומנהליה הם בוגרי יחידות קרביות, אקדמאים, שבחרו - במקום 'לעשות לביתם' בחברות הייטק - להקדיש את חייהם להובלת שינויים חברתיים באמצעות חינוך.
מכינת "מגדלור" היא מכינה קדם-צבאית למנהיגות חברתית, ששמה לה למטרה לצמצם פערים בחברה הישראלית, ומתמקדת בנערים מהפריפריה החברתית. המכינה פותחת בפני נערים אלה הזדמנות להצלחה בדרך של חינוך למחוייבות, ללקיחת אחריות ולתרומה לכלל. המכינה מחזקת ומעצימה את החניכים, מגבירה את המסוגלות האישית שלהם, מחזקת את תחושת ההשתייכות שלהם למדינה, ומעניקה להם חוויית הצלחה, המאפשרת להם השתלבות כאנשים תורמים, הן בשירותם בצה"ל והן בחייהם האזרחיים.
החניכים עוברים במשך שנה מסלול רב-אתגרים, שבו הם מתנסים בהתמודדות עם קשיים גופניים, בעבודת צוות ובפעולות התנדבות בקהילה, ולומדים הלכה למעשה נושאים כמו יזמות, ניהול, מורשת קרב, ועוד.
המכינה היא מכינה ימית. חלק מההכשרה של 'המכיניסטים' היא דרך התמודדות עם קשיי ההתנהלות בים, המצריכים תעוזה, כוח סבל ועבודת צוות.
בסתיו האחרון, סיים המחזור השלישי של המכינה את הכשרתו והתגייס לצה"ל. בוגרי המכינה - ובהם נערים, שלא היו מתגייסים לצה"ל אלמלא זכו להגיע למכינה - משתלבים בצה"ל בתפקידים משמעותיים ביחידות חוד החנית: קורס הטיס, קורס החובלים והסיירות. אנחנו מלווים אותם לאורך השירות, וכמו הורים גאים, אנחנו מתמלאים נחת מהמשוב החיובי שהם מקבלים ממפקדיהם. הבוגרים מעידים, בהתרגשות גדולה, על התרומה האדירה של המכינה לחייהם, כמפתח להצלחה בצה"ל ובחיים האזרחיים, כבני אדם תורמים ובעלי מודעות חברתית ולאומית.
התהליך החינוכי המתבצע במכינה והעדויות של חניכיה על השתלבותם בצה"ל ובחיים האזרחיים, ממלאים את לבנו התרגשות, תחושת סיפוק וגאווה. זו הדרך ההולמת ביותר להנציח את בנינו, שהגשימו בחייהם הקצרים את הערכים שהתחנכו עליהם: אהבת האדם, העם והארץ, ציונות, רדיפת אמת וצדק ושלום, התנדבות, מחוייבות ותרומה אישית לחברה, לעם ולמדינה.
לאחרונה עברה המכינה למיקום חדש, בית ברל. החיבור של



המכינה על שם בנינו, בני הכפר, עם מחוזות ילדותם ועם המועצה האזורית דרום השרון, הוא טבעי ומרגש.
ראשת המועצה, אושרת גני גונן, נענתה לבקשתנו למצוא בית למכינה, פתחה את לבה בחום ובתחושת שליחות ורתמה למשימה את חברי המועצה, את עובדיה ואת הנהלת בית-ברל. אנחנו מודים לה ולכולם מקרב לב ומקווים שהבית החדש יקרב את תושבי הכפר והמועצה למפעל החשוב הזה על שם שני בני הכפר ולהנחלת מורשתם.
חשוב לציין, שהחניכים, הבאים מהפריפריה החברתית, אינם משלמים עבור הזכות להיות במכינה. המכינה מתקיימת בזכות תקציבים מוגבלים שהמדינה מקציבה למכינות שעומדות בקריטריונים שהיא מציבה, אך בעיקר בעזרת תמיכתם הנדיבה של ישראלים יפים, התורמים למכינה מכספם וממרצם.
יו"ר הדירקטוריון של המכינה, סא"ל במיל. גיורא לוי, בוגר סיירת מטכ"ל ויזם הייטק, מנהל את המכינה במקצועיות, ביעילות ובשקיפות מלאה, הראויות לכל שבח.
המכינה זוכה לשבחים מבכירי משרד הביטחון ומשרד החינוך.

אנחנו גאים לומר, שרבים מתושבי שדה ורבורג תומכים במכינה, ואנחנו מודים להם מקרב לב, גם מעל במה זו. בזכותכם אנחנו מצליחים לקיים את המפעל המקודש הזה. אנחנו מזמינים תושבים נוספים לסייע לקיום המכינה – איש כאשר יידבנו לבו.
זהו מפעל של הצלת נפשות – וזו אינה קלישאה.
אנו נרגשים לשתף את תושבי הכפר במפעל הנצחה נוסף, הנושא את שמותיהם של ברק ועמיחי: "**מצפור ברק ועמיחי**" שנחנך לאחרונה במצפה רמון. תושבי הכפר היורדים דרומה, מוזמנים לבקר במצפור ולצפות ממנו על הנוף המרהיב והייחודי של מכתש רמון.
מצפור זה מצטרף ל"מצפה ברק ועמיחי" שהוקם לפני שנים אחדות בפאתי הכפר שלנו. חשוב לנו לציין שבשעתו, העלה הנוער שלנו את הרעיון להקים את המצפה, כדרך נאותה להנציח את זכרם של ברק ועמיחי, בני הכפר. משפחת זלינגר תרמה את השטח, והכפר דאג להקמתו. מצפה יפה זה מושך אליו מבקרים רבים ומשמש כפינת ישיבה נעימה ומוצלת למטיילים בשבילי הכפר.

קטע ממכתב שכתב אחד הבוגרים:

היי אריאלה אחר הצהריים טובים,
קה אורי יהודה, בואך מחפור ב' "ברדלס" מאגדור. רציתי קודם כל להתחיל בתודה רבה. אני, בתור שמיניסט מבולבל, שלא ידעתי מה ארצה לעשות בצבא, הצלחתי למסקנה שאני רוצה להיות מכינה ויהיה לי קצת יותר זמן לחשוב על איך אני אתרום למדינה יותר. הלכתי להרצאה מיונים ובין היתר חבר המליץ לי על מכינה חדשה בהרצליה, "מאגדור", מכינה ימית באמת הצלחתי ליום מיון והתרשמתי טובה, התקבלתי והתחלתי את השנה. שנה עם עליות ומורדות, שנה עם הרבה אתגרים, שמאות אחריות הרצאות סדנאות שבועות שטח, התנדבויות ערכים שאין בשום מקום אחר! ובעיקר בזות שבראשו מצחים יותם לוי ויונתן לדרמן. המכינה, שהיא לדעתי משפחה, משפחה יחודית שאין לתאר, ולא נאמרת לאחר השנה שאתה במכינה. קה מה שייחודי בה, היום אני שבעה חודשים בצה"ל, נמצא במקום שאני חושב שמתאים לי, ומריש שאתרום המון למדינה, והרבה בזכות המכינה. אל רציתי להגיד תודה רבה על ההשקעות שניתנה לי ולשאר צוות "ברדלסים". קה לא אוכן מאליו בכלל. לי מאוד חשוב שהמכינה תמשיך ותפרח ושאוד חניכים יחוו כמה שיותר את התחושות האלו. היה חשוב לי לשתף אתכם בתחושות ובהרגשה הכללית שיש בצה"ל המכינה תמיד מלווה אותנו ודואגת בלי סוף.
שתהיה שבת שלום!



סג"מ ברק איטקיס - קצין בחיל-הים
נפל בעת מילוי תפקידו
ב- 8.2.1998



רס"ן עמיחי איטקיס - טייס קרב
נפל בפעילות מבצעית
ב- 10.11.2010

רוכבים עם כוכבים

ריאיון עם חלי סלוצקי



נסיעה לחוף געש במהלך סגר שלישי

קשה לקבוע פגישה עם חלי סלוצקי. האישה עסוקה ומתרוצצת בתזזית. לאחר מספר ניסיונות, הצלחנו לקבוע מועד, והיא מקציבה לי חצי שעה. ביום שלישי לפנות ערב, לפני שהיא יוצאת לרכיבת לילה.

באתי עם שאלות שהכינותי מראש, אבל אין צורך להציג אותן. חלי מבינה מה אני רוצה לדעת, השיחה קולחת והיא זורמת ומספרת בשמחה ובשטף. מדי פעם אני נאלצת לעצור אותה, כדי שאספיק לרשום הכול.

חלי מנסה להסביר את מה שהיא עצמה לא מבינה עד הסוף, מדוע היא עושה את הדברים:

"זה בא מהבית, טבוע בי, חלק מה-DNA שלי. גדלתי בבית עם עשייה למען הזולת. הדלת הייתה פתוחה תמיד. גם בבית שלי, הדלת פתוחה, עד היום. לא יודעת להסביר. זה חזק ממני: אכפתיות, רצון לעזור, נתינה. זה תמיד טהור – לא מתחשבן, אני לא מחפשת לקבל בחזרה. עיני לא צרה במי שלא עושים."

היא עושה המון מעשים טובים. כשאני מציינת אחד מהם, היא עונה, כנזכרת, "נכון, גם זה. לא חשבתי על זה." חלי לא מסכימה שנפרסם את כל מה שהיא עושה. "יש דברים שעדיף לעשות בשקט." היא מספרת על קשרים עמוקים שנוצרו עם אנשים שהיא עוזרת להם, ומציינת שוב ושוב עד כמה היא נתרמת מהנתינה. "כגודל הנתינה – גודל הקבלה."

טבע. עבורי זה תמהיל של גן עדן.

ברמה האישית, תמיד חיפשתי משמעות במה שאני עושה. אף פעם לא עניין אותי לחיות סתם כך. השילוב של אופניים עם נתינה, מעניק לי המון משמעות וגם צמיחה והתפתחות אישית.

כאמור, אני חונכת נוער בסיכון (מעדיפה לומר 'נוער בסיכוי') במסגרת תכנית 'רוכבים עם כוכבים', יוזמה של 'הרוח הישראלית' ובמימונה, בשילוב חונכים מתנדבים. הנערים בכפר הנוער (רק

ברמה האישית, תמיד חיפשתי משמעות במה שאני עושה. אף פעם לא עניין אותי לחיות סתם כך. השילוב של אופניים עם נתינה, מעניק לי המון משמעות וגם צמיחה והתפתחות אישית.

"אני זוכרת, כשהייתי כבר מבוגרת, לפני עשר – חמש עשרה שנים, חוויתי חווייה מכוננת. התחלתי להתנדב עם נוער בסיכון דרך רכיבה על אופניים בכפר הנוער 'בן יקיר', במושב כפר הרא"ה. היו שם כמה מתנדבים ותיקים. הם אמרו לי, שיותר משנותנים, מקבלים. אף פעם לא חשבתי על זה. היום אני כבר באמת צוחקת: לפני שאני עושה משהו חדש, אני כבר מתענגת על הרגשות הנעימים שצפויים לי. היום אני מודעת לכך.

בשנים האחרונות, עיקר הפעילות ההתנדבותית שלי הוא סביב רכיבת אופניים. התוודעתי אל הספורט הזה לפני שבע שנים, והוא שינה את חיי, כאילו נוצר בשבילי. הוא מאגד בתוכו את כל מה שאני הכי אוהבת: ספורט שיש בו תנועה ואדרנלין. זהו ספורט קבוצתי, עם אנשים. זה גם טיול, גם אהבת הארץ, גם ידיעת הארץ, נערים. זו פנימייה דתית) עוברים תהליכי התפתחות וצמיחה, לומדים להתמודד עם גבולות, מקבלים תפקידים בקבוצה ולומדים להכיר בכוחותיהם. חשוב לי לספר, שהיו נערים שהיו בורחים ברכיבות, והיום הם הגיעו להיות מכי"ם בצנחנים. הנערים יודעים להגיד שזה מצמיח אותם, שזה מאתגר וכיף. יש פעילויות רבות, גם בשיתוף עם כפרי נוער אחרים: טיולים, מחנות, ימי כיף, רכיבה בשבילים ובסינגלים."

חלי עוצרת לרגע ומסבירה מה זה סינגלים: "שבילים צרים בשטח, שמתאימים ברוחבם לרוכב בודד, לעיתים קרובות באיזור הררי וסלעי. צריך להתמודד עם מדרונות ועם קפיצות, ללמוד רכיבה טכנית."

וחלי ממשיכה: "מה שיותר תפס אותי בשנה האחרונה, וזה אושר גדול עבורי, זו רכיבה טנדו עם עיוורים במסגרת 'כן ולא רוכבי השרון', שמשלבת בין רוכבי אופניים רואים לבין רוכבים לקויי ראיה, על אופני טנדם בשטח. אנו רוכבים פעמיים בשבוע, פעם ביום ופעם בלילה. אנו מביאים את העיוורים מבתיהם לנקודת המפגש ויוצאים לדרך. העיוורים יושבים מאחור ומשתתפים שווה בשווה במאמץ הדיווש. הרכיבה היא רכיבת-כוח חזקה למרחקים גדולים, ויש בה מאמץ גדול. לכל המשתתפים יש כושר גופני גבוה. רוכבים בכל פעם 30 – 40 ק"מ, עם עליות וירידות, ואפילו סינגלים עם סלעים.

מה שעושים הרוכבים הרואים בשעת הרכיבה, הוא להנגיש את הנוף לאלה שאינם רואים. מעבר להנגשת השטח והמסלול ('עכשיו תהיה ירידה חזקה', 'עוד מעט נפנה שמאלה' וכו'), מנגישים גם את הנוף. לי זה גורם להתעמק ולראות אותו בעצמי ברמת התבוננות שלא הייתי מגיעה אליה אם לא הייתי צריכה לעשות זאת עבורם. אנו מדברים על היכולות. מרגש לראות איך מתפקדים עם מוגבלות כל כך קשה. יש ביניהם בעלי משרות ותפקידים בכירים, כמו למשל עורך דין, מנהל אגף בחברת תקשורת, ועוד. אלה גברים ונשים בכל משקל ובכל גיל."

כדי להבין רק מעט מן המוגבלות, חלי מציעה שכל מי שקורא את הכתבה, ינסה לעצום עיניים, יתהלך בבית בעיניים עצומות כשלוש דקות, ויכתוב לנו תגובה. (מוזמנים לעשות זאת. נשמח לקבל את תגובותיכם).

"מדהים להיחשף לעולמם של אנשים שאינם רואים. גיליתי עולם שלם של אנשים, שאינם שיפוטיים לגבי המראה שלי, כי הם לא רואים. זה ממש משחרר, מסיר מסיכות. זה כיף. דרך הקבוצה, התפתחו חברויות עומק אמיתיות. העזרה היא מעבר לרכיבה. נוצרו קשרים כל כך עמוקים, שעברו את מסגרת זמן הפעילות. יש בזה משהו מאוד מרגש. באופן אישי אני מוצאת, שהקשר הזה מחייב אותי לנהוג ברוך ובעדינות יותר מבעבר. וזה נעים."

אני מציינת, שחלי פעילה מאוד במושב ובמועצה האזורית, והיא משיבה: "זה לא נראה לי ביג דיל. נתינה צריכה להיות מאוד צנועה. כשמתקשרים ומבקשים עזרה, אני לא יודעת להגיד לא. אני שמחה לעזור. זה קל לי.

הפעילות שלי במושב היא למען הקהילה. אנחנו גרים כאן כבר 17 שנים מדהימות. הילדים שלנו אומרים שעוצבו על ידי הקהילה. ויש היזון חוזר. יפה לראות שהמסר עובר לדור הבא. לדוגמה, הבת שלנו מארגנת מכירה למען נזקקים.

בבסיס של הנתינה יש משהו שקשור לאהבת האדם באשר הוא. לא משנה מי או מה הרקע, חשוב מה האדם צריך. הבנתי לגבי עצמי: אני ניזונה מקשרים בין אנשים. אני עושה בשביל אנשים אחרים, אבל מקבלת מהם השראה וכוח במפגש איתם. יש אינסוף אפשרויות להיפגש ואינסוף הזדמנויות להכרת עצמי. העבודה עם הפנימייה הפכה אותי לאימא יותר טובה. הבאתי לשם את האימהות שלי, אישה יחידה בקבוצה של גברים (כאמור זוהי פנימייה דתית), וזכיתי בעוד שיעור, ובעוד ילדים שלקחתי על עצמי.

לרוב לא אעשה דברים שלא מלהיבים אותי, למשל לאסוף בגדים. אני מוצאת דברים, שגם לי יהיה מעניין לעשות. בשילוב של נתינה עם מה שאני אוהבת לעשות, כל הצדדים נהנים. רציתי להתנדב לקרוא ספרים לקשישים ברעננה. אבל בגלל הקורונה, התברר שצריך לעשות רק שיחות טלפוניות. לא אעשה זאת, כי אני מרגישה שכך אין חיבור חם ואמיתי עם האנשים.

בעשייה שלי במושב, הכי אהבתי לארגן מסיבות פורים ואת 'חלום ליל קיץ'. אהבתי גם את העשייה בפרוייקט "אמץ רופא.ה" בסגר הראשון. תוך ימים ספורים קם כאן מערך של נשים שבישלו לששה רופאים ורופאות, למשפחות ולמחלקת הדיאליזה ב'בית חולים מאיר'.

כשאני עושה משהו, אני אף פעם לא חושבת שזה בשביל מישהו אחר. זה לא עובר לי בראש. העשייה הזו היא חלק ממני. אני יוצרת מהר חיבור וקשר אינטימי עם האנשים ועם מה שאני עושה.

מדהים לגלות כמה אנשים צריכים עזרה וכמה אינסוף יש ללב שלנו, שמסוגל לתת, כמו השמש שמאירה. אין גבול לכמה שרוצים ויכולים לתת."



תנועה, אדרנלין, אנשים, טיול, אהבת הארץ, ידיעת הארץ, טבע. עבורי זה תמהיל של גן עדן.



התפתחו חברויות עומק אמיתיות. העזרה היא מעבר לרכיבה. נוצרו קשרים כל כך עמוקים, שעברו את מסגרת זמן הפעילות. יש בזה משהו מאוד מרגש.

מוזיקה,
ללב היא חודרת

מאת רוזי לוי ואורלי ולינגשטיין |



התשלום עבור הכרטיסים לקונצרט הוא, למעשה, תרומה לעמותה, שכל מטרתה היא לסייע למוזיקאים הצעירים והמוכשרים שלנו.

בכפרנו מתקיימים, מזה אחת-עשרה שנה, קונצרטים בשיתוף עמותת "צפונות תרבות", שמטרתה תמיכה במוזיקאים צעירים. רבים באים להאזין לקונצרטים אלה, ויודעים ודאי שהצעירים הכישרוניים שמנגנים באופן מופלא כל כך, מתמודדים עם העבודה הקשה והתובענית כמוזיקאים וכנגנים. אבל, נראה שרוב המאזינים אינם יודעים, שלעתים אותם צעירים נאלצים להתמודד גם עם בעיות הקשורות לסביבה ולמשפחה בהן הם חיים ופועלים.

כדי להפוך למוזיקאי מקצועי, צריך כישרון יוצא דופן, אבל כישרון אינו מספיק. יש צורך בלימודים מאומצים ומחייבים ובאימונים אינסופיים, במטרה להשתפר ולהתקדם באופן מתמיד. מעורבות בכך תשוקה, מחוייבות והתמודדויות אינסופיות וללא גבולות.

הכישרון, הלמידה, הזמן המושקע והעומס הכספי והרגשי הם חלק מתהליך של שנים רבות, שלא רק המוזיקאי הצעיר מתמודד איתם, אלא, כמובן, גם משפחתו היא חלק חשוב במסע שלו. לעיתים צריכה המשפחה להתמודד עם מצבים קשים, בנוסף לעומס הכלכלי. עמותת "צפונות תרבות" קמה כדי לקדם מוזיקאים מוכשרים אלה ולסייע להם להתגבר על הקשיים.

כאמור, שיתוף הפעולה בין העמותה לבין הקהילה בכפר מתקיים כבר כאחת עשרה שנה. מטרת הפעילות היא לעשות טוב לכל הנוגעים בדבר:

הקהל שמגיע לקונצרטים, שמתקיימים כאן בבתים פרטיים, נהנה ממוזיקה ברמה גבוהה, ממפגש חברתי ותרבותי ואפילו מכיבוד טעים. פעם בשנה, בקיץ, מתקיים קונצרט תחת כיפת השמיים בגינה של משפחת דנון, בפני קהל של כ-500 מאזינים.

עבור האוכלוסייה המבוגרת בכפר, שכבר מתקשה לנסוע לאירועים מסוג זה, זוהי הזדמנות ליהנות ממוזיקה טובה בלי להתרחק מהבית.

מפגשים אלה מהווים המשך למסורת המוזיקלית שהייתה נהוגה בראשית ימיו של הכפר, עת ניגנו המתיישבים הייקים הראשונים מוזיקה קאמרית בבתים הצנועים של אז, או בבית הקפה המיתולוגי, בכלי הנגינה שהביאו מגרמניה (בארכיון של

הכפר יש הזמנה לקונצרט כזה).
התשלום עבור הכרטיסים לקונצרט הוא, למעשה, תרומה לעמותה, שכל מטרתה היא לסייע למוזיקאים הצעירים והמוכשרים שלנו. ככל שחולף הזמן, אנו מבינים עד כמה חשובה תמיכה זו.
העמותה מסייעת ברכישת כלי-נגינה מתקדמים יותר, במימון השתתפות בסמינרים מקצועיים, ברכישת כרטיסי טיסה לכיתות אמן בחו"ל ובפעולות נוספות, המסייעות לקדם את האמן הצעיר ולהעלות את רמתו המקצועית. כל סיוע כזה מהווה נדבך נוסף בדרך אל היעד.
גם לנו, צוות שדה ורבורג של העמותה - רוזי לוי, רוחלה דנון, אורלי ולינגשטיין, דדי אדמוב ואמיר אטקין - אירועים אלה עושים המון טוב: אנו משקיעים עבודה רבה בארגון ובאירוח ושמחים לראות כל-כך הרבה חובבי מוזיקה, שבאים לקונצרטים ומאפשרים לתמוך בעוד ועוד מוזיקאים צעירים ולקדם אותם.
במהלך השנים, אנו עוקבים אחרי נגנים שהופיעו בקונצרט בכפר כשהיו צעירים בני 12 או 14, וכיום מנגנים עם התזמורות הגדולות בעולם. הלב מתרחב ומתפוצץ מגאווה. בעזרת הקהילה הנהדרת של שדה ורבורג יש שכר לעמלינו.







מימין לשמאל: הופעה של יזהר אשדות, רוזי לוי עם נורית גלרון, קונצרט בחצר של משפחת דנון, צ'ינג יון הו בפסנתר בבית משפחת דריאל

תרומת דם
לבעלי חיים ולבעליהם

מאת סיון בנד



שמי סיון, בת 29. במקצועי, אני פיזיותרפיסטית לבעלי חיים. פנו אליי ממערכת "השדה", כדי שאספר קצת על עצמי ועל הפרוייקט המיוחד שעסקתי בו לאחרונה והתאהבתי בו.
ביום-יום אני עובדת בבית החולים הווטרינרי "חוות דעת", שנמצא בבית-ברל ומשמש כמרכז מומחים, אשר אליו מגיעים בעלי-חיים מכל הארץ, עם מגוון פגיעות ומצבים רפואיים מורכבים.
במסגרת תפקידי, אני משקמת בעלי-חיים שנפגעו ואיבדו את יכולת התפקוד שלהם, מכל סיבה שהיא. אני עושה זאת בעזרת פיזיותרפיה בשילוב עם הידרותרפיה (טיפול במים), ובעיקר, עם המון סבלנות וחמלה, כי אי אפשר בלי...
למקצוע מיוחד זה הגעתי אחרי הרבה חיפושים פנימיים עם עצמי ושבע שנות עבודה בבית החולים כאחות וטרינרית. החלטתי פשוט להפוך את התחביב למקצוע, ללמוד בחו"ל ולפתוח מחלקה נוספת בבית החולים היקר לליבי.
לאורך כל שנותיי הבוגרות מצאתי את עצמי מתעניינת בזולת, ברפואה, ובעיקר בעולם החי. כילדה, הייתי רודפת אחרי השממית כדי לחבר לה בחזרה את הזנב... יש אומרים, שהעתיד המקצועי שלי היה צפוי מראש.
בשנים האחרונות, התחלתי לחפש דרכים לתרום גם לחברה האנושית ולא רק לבעלי-החיים. כמי שמודעת לעולם הרפואה, חיפשתי לתת יד בדרך שלי, והתחלתי לתרום דם בקביעות. מקדישים לכך חצי שעה ואפשר להציל שלושה אנשים!!!

> **בזמן שהכלב תרם, "אימא" / "אבא" שלו, ישבו בניידת מד"א ותרמו דם גם הם.**

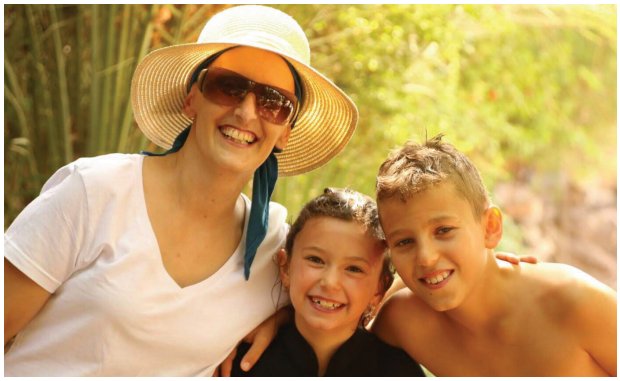
מדהים בעיניי!!! ואת היופי הזה אפשר לעשות פעם בשלושה חודשים.
חקרתי קצת והבנתי, שאפשר להזמין ניידת מד"א לכל מקום, כל עוד יש מספיק תורמים. מכאן הדרך הייתה לי ברורה: יצרתי קשר עם מד"א, בחרתי תאריך וארגנתי התרמת דם בבית החולים הווטרינרי, בידיעה ברורה, שכל הסובבים אותי בבית החולים מודעים לנושא, מאמינים בו ורוצים לתרום. ככה פשוט - וככה מדהים. מובן שכל הצוות הרפואי נרתם למשימה ואפילו תושבי המושבים הסובבים, שדה ורבורג, צופית וגן חיים, הגיעו לתרום, בזכות פרסום שלי בקבוצות הוואטסאפ וברשת החברתית. ביחד גייסנו כמות גדולה מאוד של מנות דם. מיותר לציין כמה הנושא חשוב, בעיקר בתקופה מורכבת שכזו.
באחת הפעמים גם עשינו התרמת דם משותפת לכלבים ולבעליהם. הכלבים תרמו דם לבנק הדם הווטרינרי, בעזרת עבודה נפלאה של הצוות הווטרינרי, ובזמן שהכלב תרם, "אימא" / "אבא" שלו, ישבו בניידת מד"א ותרמו דם גם הם. גם אז הייתה היענות נפלאה מצד החברה בסביבה. באחד מאירועי ההתרמה, התגלתה מחלה בבדיקות הדם של אחד הכלבים, ובזכות ההתרמה, הכלב התחיל טיפול מוקדם! כל מי שלקח חלק באותו אירוע התלהב והתרגש מאוד. מובן שאני, כמארגנת, התרגשתי במיוחד.
אני חושבת, שרובנו היינו רוצים לתת מעצמנו לחברה בגבולות היכולת והזמן הפנוי שלנו. בעבורי, זו אחת הדרכים להרגיש נחוצה וגאה. באופן אישי, זה ממלא אותי ומזין אותי.
מן הסביבה אני מקבלת תגובות מלאות התפעלות, אך בעצם המעשה כל כך פשוט, שממש כל אחד יכול להרים את הכפפה: לפרסם את אירוע ההתרמה בין הסובבים אותו ולהזמין את מד"א, שיבואו להציל חיים ביחד אתכם.





מחושך לאור

מאת רום לבבי לביא







השנה חגגתי בת מצווה.
בחרתי לציין את בת המצווה שלי בערב התרמה לתמיכה בחולות סרטן השד ובנוער בסיכון.
רתם ערן, אחותי (היא לא באמת אחותי אבל בחרנו להיות אחיות) ואני יזמנו את אירוע ההתרמה והפקנו אותו.
בחרנו להקדיש את התרומה לחולות סרטן השד לזכר אמי, דוקטור יפעת לביא לבבי, שנפטרה מהמחלה לפני כשלוש שנים.
אימי, שהייתה פסיכולוגית קלינית, התנדבה להרצות בעמותת "**אחת מתשע**" על ההתמודדות המשפחתית עם הסרטן, ולכן בחרנו לתרום לעמותה זו, לטובת סיוע לחולות סרטן שד ולמשפחותיהן.
כשרתם התנדבה במסגרת 'העוגן הקהילתי', במהלך שנת השירות, היא נחשפה למצוקות של נוער בסיכון. היא בחרה להקדיש את התרומה הראשונה לכפר הנוער בו התנדבה, כמו כן לעמותת "נירים", המעניקה לבני נוער בסיכון הזדמנות להשתלבות בחברה, וגם לעמותת "סחי", המנחילה לבני נוער ערכים של נתינה. בראשה של עמותה זו עמדה עד לאחרונה מירית הררי ז"ל.

לאחר שאימא נפטרה, התגייסו נשים רבות במושב לסייע לנו באוכל ביתי מבושל וטעים, במשך חודשים רבים. ההירתמות שלהן חיממה לנו את הלב וחיזקה אותנו לאחר המשבר שחווינו.
מימים אלה למדתי להעריך את חשיבות ההתגייסות לעזור לאנשים בהתמודדות בתקופה קשה.
בשנה קשה זו, שבה אנשים רבים מתמודדים עם ההשלכות הקשות של הקורונה, חשוב במיוחד שמי שידו משגת, יתרום לסייע לאנשים במצוקה.
ערב ההתרמה התקיים ביום שבת ה - 12 בדצמבר 2020, ב"זום". הושמעו בו שירים ודברי ברכה של אומנים, ואפילו אני שרתי שיר בעזרתה של חני דינור הנפלאה.
האירוע היה מרגש מאוד עבורי. השתתפו בו מאות צופים וגייסנו כחמישים אלף ש"ח, שנתרמו לעמותות שבחרנו. בהזדמנות זו אני רוצה להודות לחברי המושב המדהימים שהתגייסו לעזור ותרמו ברוחב לב.
השמועה על האירוע הגיעה ל"גלי צה"ל" וזכינו להתראיין לתוכנית.

לתת כשאתה אוהב | ריאיון עם יעל לנדאו

הכול התחיל כאשר הורדתי את היקף המשרה שלי לפעמיים בשבוע. התפנה לי זמן והיה נחמד מאוד, כל עוד החיים היו "רגילים".
הקורונה טרפה את הקלפים: אין מכון כושר, אין מסעדות, אין חנויות, אין טיולים.
הבנתי שצריך לעשות רִיסֶט. במקום לשבת כל היום בבית ולהוריד תוכניות ב'נטפליקס' (מודה, עושה גם את זה...), צריך לחשוב על PLAN B. לא עבודה חדשה, אלא 'תעסוקה' חדשה.
יש לי סבתא, בת 99, שאני מבלה איתה את ימי א', כאשר המטפלת שלה בחופשה. ייתכן שבזכות זה, גיליתי שיש לי גישה למבוגרים. אני מתקשרת איתם טוב יותר מאשר עם ילדים. קשה לי לראות ילדים במצוקה או נשים מוכות. אני יודעת שאם אתעסק בזה, זה לא ירפה ממני.
שאלתי במועצה האזורית היכן אוכל להשתלב. חשבתי, שמכיוון שאני דוברת גרמנית, אולי אוכל לעזור למישהו מרקע זה. סבתי, למשל, מתקשה בקריאה, ואני קוראת בפניה. קיוויתי למצוא בשדה ורבורג, מושב של ייקים, מישהו שאוכל להועיל לו בכיוון זה, אבל דווקא כאן לא מצאתי היענות.
פניתי למיטל גלעד, הממונה על המתנדבים במועצה האזורית, והיא קישרה אותי לאישה דוברת אנגלית במושב אחר בסביבה. אותה אישה ביקשה שאלמד אותה את היישומון 'וואטסאפ', מכיוון שמשפחתה מפוזרת בכל העולם, וכך תוכל לשמור על קשר עם ילדיה, נכדיה וניניה. באתי אליה מספר פעמים, אבל כאשר נכנסנו להיסטריה בגלל הקורונה, היא העדיפה שלא אבוא יותר.
הופניתי לאישה נוספת באותו מושב. שוב אנגלית, שוב וואטסאפ. אני מלמדת אותה להשתמש באייפד, מדפדפת איתה בגוגל, קוראת איתה חדשות, וכו'. הגעתי למסקנה, שבכלל לא חשוב מה תוכן המפגש, מה שחשוב הוא המפגש עצמו, שמפיג את הבדידות.
וכך, פעם בשבוע אני מבקרת את סבתי ופעם בשבוע - את אותה אישה.
ועדיין נשאר לי זמן פנוי, מעבר לבילוי זמן ניכר במטבח, לאור שהייתם המרובה של ילדיי בבית בתקופה זו. החלטתי להצטרף לעמותת "**לתת כשאתה אוהב**", שקמה בהוד השרון. העמותה עוסקת בעזרה למשפחות במצוקה על בסיס יומיומי, לפי הצורך: ארוחות חמות, בגדים לבת מצווה, בגדים ונעליים לפנימייה לנוער בסיכון, חבילות שי לניצולי שואה בראש השנה, דברים לסבתות, כגון צעיפים, כובעים, מטריות, קרמים, תה, ועוד ועוד. עוברת הודעה בקבוצת הוואטסאפ והמתנדבים אוספים את מה שצריך ומביאים בעצמם למי שצריך.

> **הבדידות קשה מאוד לאנשים. אין להם איך 'להוציא קיטור'. הם רוצים רק שמישהו יבוא אליהם, לא משנה לאיזו מטרה.**

תוך כדי התנדבות זו נחשפתי למצבים קשים מאוד, שקשה לי להכיל. לדוגמה, ניצולי שואה שאוגרים מזון, שביתם מלוכלך מאוד, ושאין מי שיעזור להם. לא פשוט להיכנס לבית שבו נזקקים למזון. יש אנשים שמתביישים כל כך במצבם, עד שאינם פותחים, אלא מבקשים שישאירו להם את המצרכים לפני הדלת. אני מזועזעת מכך שמחלקת הרווחה אינה מעורבת, שהממשלה לא עושה כלום, ושרק העמותות השונות מתגייסות לעזרה. המתנדבים מחלקים מזון יום יום!
בין היתר קיבלתי כתובת של אישה בהוד השרון. התפלאתי מאוד, כשראיתי שהבית נמצא בשכונת וילות יוקרתית, ושהוא גדול ומאובזר בכל מה שצריך. אף על פי שהתבקשתי להביא אוכל לשבת, פגשתי את נכדתה של האישה, שהגיעה לשם כשיצאתי, עם ארגז מלא אוכל. שוב, הגעתי למסקנה, שמה שחסר לאותה אישה הוא חֶברה ותשומת לב. הבדידות קשה מאוד לאנשים. אין להם איך 'להוציא קיטור'. הם רוצים רק שמישהו יבוא אליהם, לא משנה לאיזו מטרה.
היו מקרים שבהם לקחתי איתי את בני, כי חששתי להסתובב לבדי בשכונות עוני שבהן חילקתי מזון. במקרה אחר לקחתי איתי את בתי, כדי שתראה, שזה לא מובן מאליו לגדול בתנאים שיש לה בבית. למעשה, היא כבר יודעת, ומכירה מצבים לא פשוטים, מתוך עבודתה בשנת השירות באילת.
השתתפתי גם במיזם "אמץ רופא.ה", שבמסגרתו הבאנו אוכל לרופאים ולמשפחותיהם. עכשיו אני משתתפת בקבוצה של נשים, שאופות עוגות לסוף השבוע עבור ילדים בכפר הנוער "הדסים", שאינם יוצאים הבייתה.
דרך מקום עבודתי, אני מעורבת בהקמה של מסלול הכושר 'שֶׁייפארק', תרומה של שביל עם מתקני ספורט ליד הפארק של כפר סבא הירוקה. יש שם פעילות רבה של יחידים, של משפחות ושל קבוצות. אנשים באים ומתאמנים בחינם במתקנים בשטח הפתוח, שמתאים במיוחד בתקופה זו.
שואלים אותי, מה גורם לי לעשות את כל ההתנדבויות האלה. התשובה מורכבת.
ראשית, ניתנה לי הזכות להיות בצד הנותן! הנתינה היא לאו דווקא לקנות משהו, או לתרום כסף, אלא להקדיש זמן למי שבודד ולהביא אוכל למי שרעב. לדוגמה, יש לי ידיד, שרוכב על אופניים עם קבוצה של ילדים עם פגיעה נפשית. זו עבודת קודש.
מבחינתי, באוכל יש נחמה, וזו הרגשה טובה לעשות מה שאני אוהבת ומה שאני יכולה – לבשל ולהביא למי שזקוק.
שנית, גם לקבל הכרת תודה זה נעים. אני חושבת, שכל מי שמתנדב, עושה זאת בשביל הזולת, אבל גם קצת בשביל עצמו.
אני ממשיכה לחפש עוד תחומים שבהם אוכל לעזור, ואומרת תודה על כך שאני יכולה.



עמותות, עמותות, עמותות

ריאיון עם תומר לוי

תומר, ספר לי מה אתה עושה ואיפה אתה מתנדב.
לפרנסתי, אני עוסק בהגברה ובגנרטורים. בהתנדבות אני עוסק כבר 25 שנה. עד היום, הקמתי וניהלתי שש עמותות בתחומים שונים, ביניהן: קירוב בני נוער ממגזרים שונים, מניעת אלימות במשפחה, סדנאות מודעות אדלריאנית וקרן האמנות של מידברן (בה שימשתי כיו"ר). דווקא בתקופה האחרונה, העיסוק שלי בעמותות הוא מינימלי.

איך התחלת להתנדב?
השתתפתי בסדנה אדלריאנית בעמותת "**מ.ל.א**" (שאינה קשורה למכון אדלר), ונדלקתי. סדנה זו הייתה צומת משמעותי בחיי. בסדנה כזו מגלים דברים שלא ידענו על אנשים, אפילו על בני המשפחה הקרובים אליך ביותר. התחברתי לרעיון. העמותה היא ללא מטרות רווח ולכן מתופעלת רובה ככולה בהתנדבות. התנדבתי. הייתי אסיסטנט בסדנאות, הייתי חבר בוועד המנהל והייתי רכז סדנאות ברמה האירגונית-אדמיניסטרטיבית.
כשאתה חבר בוועד המנהל של עמותה, אתה מקבל הרבה יותר ביקורת מפידבק חיובי. תמיד יש מי שמתלונן ואין מצב שכולם מרוצים מההחלטות. זה מתסכל, אבל אני יודע לשחרר ולהמשיך הלאה.
לאחרונה, חזרתי לשם בתור יו"ר ועדת הביקורת, כי היו קשיים, וכשיש קשיים – מתגייסים לעזרה.
לשדה ורבורג יש נציגות יפה בעמותה, בין היתר, ליאת בריגל-שגיא מתנדבת בה ונועה יובל מנחה בסדנאות.

תומר ממשיך ומספר על חלקו בעמותות נוספות:
העמותה נגד אלימות במשפחה נמצאת עדיין בתהליך של התהוות. העמותה התחילה את דרכה עם לילך שם-טוב, אותה היכרתי בסדנאות של אדלר. הייתי אסיסטנט בקבוצה שבה היא למדה.

הפעילות עם הנוער הייתה בעמותת "**Ultimate Peace**", בסדנת מנהיגות, שכוונה ספציפית לעבודה עם ערבים ויהודים: נוער יהודי עם נוער ערבי-ישראלי ועם ערבים פלסטינים. הוועד המנהל הראשון היה בארה"ב. קירוב הלבבות נעשה דרך פעילות ספורטיבית. זו דרך טובה להתחבר דרך משחק.
הייתי ממייסדי העמותה הישראלית, וכיהנתי כמנכ"ל הראשון שלה. כמה שנים פעלתי בהתנדבות ואחר כך גם בשכר. זה היה אחד המקומות היותר מספקים שלקחתי בהם חלק. אחרי השנה הראשונה התלוננתי על כך שכמנכ"ל, אין לי חיבור עם הילדים (הייתי בקשר רק עם המדריכים). נאמר לי, שאני יכול להמציא פעילות ולעשות מה שאני רוצה, הרי אני המנכ"ל... תוך כמה שבועות בניתי תוכנית מנהיגות של שלוש שנים. הרצנו אותה והיא פועלת עד היום. משרד התרבות והספורט הגדיר את התוכנית כאפקטיבית ביותר ונתן לה את ברכתו. הפעילות בעמותה זו היא ללא מניירות וללא פוליטיקה. העמותה הוקמה בשנת 2011, בתקופתה של לימור לבנת כשרת התרבות והספורט. ידעתי, שהפלסטינים לא ישתפו פעולה אם משרד התרבות והספורט ייקח קרדיט על זה. לזכותה של השרה, ולזכות כל מי שבא אחריה, ייאמר, שהיא הייתה חלק מזה והסכימה להסתיר את המידע. מנהל הספורט הפך לסוג של שותף בפרוייקט. הוא מאוד תמך וכך עד היום. הרגשנו טוב שהם ויתרו על הקרדיט לטובת הפעילות.
כל המהות של פעילות זו היא, שמתייחסים אל הילדים כאל בוגרים. לוקחים אותם ברצינות. עד היום אני בדיעה, שיש הרבה יותר מה ללמוד מילדים מאשר ללמד אותם. אנחנו נולדים מושלמים ובמהלך

החיים 'נדפקים'. אחר כך עובדים קשה כל החיים כדי לחזור אל השלמות הראשונית.

במהלך ההתנדבות בעמותה קרה לי מקרה מיוחד: **Ultimate Peace** מקיימת בכל שנה מחנה קיץ עם מדריכים מארה"ב. זו נקודת השיא, ה'הייליט' של השנה. שבועיים לפני תחילת המחנה, אחת ה'כוכבות' הפלסטיניות שברה את הרגל. אבא שלה התנגד לכך שתשתתף במחנה במצבה. היא סיפרה לנו על כך בבכי והיו"ר האמריקאי הלך לדבר עם האב, ואמר, "יהיה בסדר". אבל, אחרי שעה, הבת התקשרה שוב ואמרה שאביה אינו מסכים. הבנתי, שהיו"ר לא הבין שמדובר פה במנטליות אחרת, שאי אפשר לפתור דברים עם חיוך ועם מילים יפות. כשדיברתי עם האב, טלאל, הוא אמר, "אמרתי כן מתוך נימוס, אבל אני לא מוכן." באותו זמן כבר היכרנו זה את זה כשנתיים-שלוש. כל מה שהיה צריך, זה לומר לו, "אני לוקח אחריות להחזיר אותה, עם הגבס, בשלום."
עד היום, אני נוסע בתקופת הרמאדן לבקר בכפרים ומתקבל באהבה ובכבוד על ידי הורי הילדים הפלסטינים. מערכת היחסים עם ההורים נבנתה על אמון חזק מאוד. הרעיון שהם מפקידים את הילדים בידי היהודים היה מבהיל בשבילם כמעט כמו בכיוון ההפוך. אבל זה הצליח, הילדים נהנו, והיחסים ביניהם התפתחו וצמחו.
בני הנוער, שהשתתפו אז בתכנית המנהיגות, הם כיום בני 23-24 והם עדיין ממשיכים לבוא ולהתייעץ. אני משתדל להפיץ את התוכנית לכל דורש, כדי שינצלו אותה כמה שיותר.

למה אתה מקדיש כל כך הרבה להתנדבות?

אני מאוד מאמין שבשבילי, אישית, לחיות בלי זה – פירושו שמשהו חסר. בסופו של דבר, העבודה שלנו היא ברובה לשם פרנסה. לא רק. לעומת זאת, בהתנדבות יש את הפריווילגיה להתעסק כמעט אך ורק בסוג של מהות ותוכן. יש זכות לבחור במה אתה רוצה לעסוק.
בעשור הראשון, עיקר העיסוק שלי בעמותות היה בצד האדמיניסטרטיבי של תפעול וביורוקרטיה, כי אני טוב בזה. אבל לאחר מכן התעייפתי. זה נראה לי טפל. יש אחרים שאוהבים לעסוק בזה. כיום אני מעדיף להתמקד במהות ובתוכן.

מה אתה מרגיש כשאתה מתנדב?

זה אולי הזיקוק של ההרגשה הכי טהורה שיכולה להיות. עשית משהו בלי לבקש תמורה (ואני בעד תמורה על מה שעושים). הכי מספק זה לראות את התוצאות. התהליך עצמו מתסכל לפעמים. הוא ארוך ומייגע, אבל אין לזה הרבה תחרות. אתה עושה ומקדם את העולם בעוד צעד אחד קדימה. קידמת את העולם קדימה.

שירי-עם, גיטרה ובומבו

מאת נורית שטרנברג

בימי אוקטובר 2020, הסתיו נאבק על מקומו בחמסינים של סוף הקיץ, ומגפת הקורונה עדיין בראש הכותרות במחוזותינו. והיה, אם עברת בדרך ההדרים ליד גינתה של משפחת קורן, יכולת לשמוע את קולו של תוף הבומבו הארגנטינאי, אשר צליליו הם כקול פעימות הלב, ולצידו צלילי גיטרה וקולה הערב של ימית ממן, תושבת הכפר*. אם גם עצרת לרגע והקשבת היטב, יכולת לזהות גם את קולו של פנחס, זכרו לברכה ואת קולה של שולה זוגתו, תיבדל לחיים ארוכים. שניהם היו עדיין מותשים לאחר שיקום ארוך. הקורונה הכתה חזק בשניהם גם יחד.
ימית ופנחס הכירו כאשר שרו יחד ב"להקת הדרים" (חבורת הזמר של ותיקי שדה ורבורג). שניהם הגיעו ארצה מארגנטינה, ובמפגשים ביניהם נהגו לפטפט תמיד בספרדית מתנגנת. לא פעם אף שרו בפני חברי המקהלה שירים דרום אמריקאים מוכרים. כשפנחס ושולה שבו מהאשפוז הארוך, ביקרו אותם חברי הלהקה בביתם ושרו לכבודם. אך ימית הגדילה לעשות והגיעה לבקר את שולה ופנחס מידי כמה ימים. היא הביאה עמה את תוף הבומבו, הגיטרה והרדיו. היא אספה שירי-עם ארגנטינאים מוכרים וערכה חוברת עם שירים שפנחס ושולה הכירו עוד מצעירותם. פנחס תופף ושר איתה. בני המשפחה לא האמינו למראה עיניהם ולמשמע אוזניהם. היו אלה פגישות מרגשות, מלאות במוזיקה ובחום אנושי רב. וכך היה, ממש עד ימיו האחרונים של פנחס. יהי זכרו ברוך.
לימית המתנדבת נאחל בריאות וסיפוק בכל מעשיה, ולשולה נאחל בריאות ואריכות ימים.

* ימית ממן, יצירתית ביותר. היא עוסקת במוזיקה במשך כל חייה הבוגרים. היא בונה כלי נגינה מחומרים ממוחזרים, שרה, מחברת שירים ומלחינה, לצד עיסוקיה הרבים האחרים.



פנחס קורן ז"ל

יחד, לב אל "לב הדסים"

כפי שסיפרו לנו מיכאל שטרן וענת הנדלר |

אנשים רבים מכפרנו מעורבים בתמיכה ב"לב הדסים",
אבל ביקשו ששמם לא יוזכר. אנו מכבדות את בקשתם.

מרכז החירום "**לב הדסים**" הוקם עבור ילדים שהוצאו מבתיהם בצו בית משפט עקב אלימות קשה, התעללות מינית, רצח במשפחה וכד'. לעיתים, הילדים מגיעים למרכז בצו חירום, באישון לילה, כאשר רק בגדיהם לגופם. הם חווים טראומה כפולה ואף משולשת: ניתוק פתאומי מהבית, לעיתים קרובות לאחר אירוע אלים, והגעה לסביבה חדשה ובלתי מוכרת.
מרכז החירום מהווה מעין בית ראשוני עבור אותם ילדים. הם נשארים לגור במרכז כשישה חודשים, עד שמוצאים עבורם משפחת אומנה, פנימייה או סידור קבוע אחר. במרכז נעשים כל המאמצים להעניק לילדים תחושה של חום, יציבות ורוגע, חרף התנאים הפיזיים המאוד בסיסיים במקום.

הקשר של אנשים משדה ורבורג עם מרכז החירום "לב הדסים" נוצר בשנת 2010, לאחר ביקור במקום והתוודעות לעולמם של הילדים השוהים שם. קבוצת המתנדבים משדה ורבורג שמה לה למטרה לנסות ולהכניס מעט שמחה לחיי הילדים האלה, שהגורל לא האיר להם פנים. נעשו פרוייקטים ממוקדים כגון איסוף ותרומה של אביזרים, משחקים, צעצועים, ספרים, רהיטים, בגדים, תיקים, אופניים וכו', החסרים במקום. משפחה משדה ורבורג תרמה מטבח מאובזר וכן נתרמה מְכוֹנָה.

כשיש צורך, בעלי מקצוע בתחומים שונים מתנדבים ותורמים את חלקם. לדוגמה, הוקמו גן תבלינים וגינת נוי. נבנה שם פרוייקט יפה ומרגש, בשיתוף הילדים. לפני כשנה, פנה אב הבית לאחת המתנדבות מהכפר ושאל אם תוכל לסייע בבניית פינה שתשמש למפגש בין הילדים והוריהם. הוחלט שיוקם דֶק גדול, שעליו יוכלו לקיים את המפגשים. למשימה נרתמו כעשרה מחברי הכפר. החומר נתרם אף הוא על ידי אחד מחברינו, וכך ביום שישי שימשי, יצאו החברים ותוך שעות אחדות הוקם במקום דֶק לתפארת, ששימח מאוד את הילדים.
מיכאל מוסיף: "לפני כמה חודשים פירקנו גינה פרטית, כולל עציצים, אדניות, חלוקי נחל ועוד, והעברנו הכול לשם, על חשבונו של בעל הגינה. אנשים אוהבים לתת."

בנוסף לכך, מדי יום שישי נשלחת לילדים עוגה, שנאפית בכל פעם על ידי אחד ממתנדבי קבוצת האפיה, כדי לשמח אותם ולהמתיק להם את השבת. החל משנת 2018 רוני אורן לקחה אחריות על משלוח העוגות מידי יום שישי, ועכשיו ענת הנדלר ממשיכה בכך. ענת: "באוגוסט 2019 פרסמה ליאת אורן ב"נהגת מרוצים" שהיא מחפשת מישהי שתחליף את בתה, רוני, בהכנת עוגות לילדים במרכז החירום. לאחר שנתיים של אפייה ותרומה למרכז, היא ביקשה להעביר את השרביט הלאה.
התנדבנו בשמחה, כמה נשים, ואז הקמנו את קבוצת האופות. אנחנו ארבע מתנדבות: אביבית וינברג, יעל לנדאו, רחלי פיינמסר וענת הנדלר. לאחרונה, הצטרפו אלינו לסבב עוד שתי חברות, אירית מידר וגלי אהרונוביץ.
בכל שישי אנו מכינות עוגה מפנקת ומביאות אותה למרכז. אנו משתדלות להשקיע ולתת לילדים ולמדריכים תחושה וטעם של בית והמון אהבה. לפעמים אנחנו גם מביאות להם משחקים וצעצועים. בחנוכה הבאנו לילדים סופגניות ודונאטס."
מפי מתנדבת נוספת שמענו, שכבר בחג פורים בשנים 2011 ו - 2012 אורגן משלוח מנות מילדי "גן אילן" לילדי "לב הדסים".
ענת: "אנו שמחות להגיע מידי שישי למרכז ולראות את החיוך שעולה על פני הילדים הבאים לקראתנו. אנו מודות על ההזדמנות לנתינה ולתרומה. כבונוס, מעבר להתנדבות, אנחנו, קבוצת האופות, נפגשנו כבר כמה פעמים ונוצרה בינינו חברות טובה. אנו מקוות להמשיך ולהתמיד ביחד בעשייה."
מיכאל: "אימוץ מקום כזה, שהוא חוליה חשובה בדאגה לילדים לאורך כל כך הרבה זמן על ידי הקהילה שלנו, ממלא אותנו שמחה."





זהבה דהוואן - אין גיל לנתינה

מאת נירה וארנון קפלנסקי

זהבה דהוואן, אימא שלי (של נירה) וחמותי (של ארנון), נולדה בשנת 1927 במצרים ועלתה לישראל בשנת 1946. כבר מגיל שבע, היא זוכרת את עצמה מתנדבת. היא טיפלה בילדה קטנה שהייתה זקוקה להשגחה, ללא תמורה, כמובן. היא זוכרת שתחושת הסיפוק הייתה מעצם הנתינה. בשנת 1958 הגיעה זהבה עם משפחתה לשדה ורבורג להרחבה הראשונה, שכללה, בין היתר, משפחות שהגיעו מן העיר אל הכפר. חלק מהתושבים החדשים, ובתוכם משפחתנו, רכשו משק עזר. כלומר, הם לא היו חקלאים אלא בעלי מקצועות שונים. השנים הראשונות, כידוע לכולנו, היו שנים קשות לכולם, הן לחקלאים והן לאחרים. על אף הקשיים, למדה זהבה, דרך משרד החקלאות, בקורס לתפירת בגדים במכונת תפירה בעזרת גזרות ממגזין "בורדה". משם התפתחה דרכה ההתנדבותית בתפירה. זהבה נחנה בדייקנות, ביסודיות ובחריצות אין קץ. נשות הכפר נהנו מאוד מדרך הלימוד שפיתחה, וכך זכו גם בבגדים חדשים בתנאים כלכליים קשים. כילדה, אני זוכרת, שהבית היה תמיד מלא בנשים שבאו ללמוד מאימא שלי. ההתנדבות שלה בתחום זה התקיימה בכפר ומחוצה לו. ותיקות המושב וודאי זוכרות את הקורס שלימדה זהבה במועדון.

בהמשך, למדה זהבה בובאות (תפירת בובות) אצל חברת הכפר, רות טאובר ז"ל, שהייתה מומחית בנושא זה ואף התפרנסה ממנו. את הידע הזה העבירה זהבה הלאה, בהתנדבות. היא עבדה עם ילדים ולימדה אותם ליצור דמויות לתיאטרון בובות. לאחר מכן, החלה תקופה של התנדבות בבית ספר "צופית". זהבה עזרה למורות לטפל בילדים שהיו זקוקים לתגבור. לאחר מכן עברה לבית ספר "אהרונוביץ" בכפר מלל, שם בנתה מרכז לילדים בעלי צרכים מיוחדים.

כשהרגישה שהיא זקוקה לידע נוסף בנושא, השלימה ארבע שנות לימודי חינוך מיוחד במכללת "בית ברל" ואפילו סיימה בהצטיינות.

במשך שבע שנים לימדה בכפר מלל, ורבים מההורים ומהילדים זוכרים אותה כעוגן הצלה במשך לימודיהם.

דרכה בהתנדבות החזירה אותה לבית ספר "צופית", שם ביקשו ממנה לסייע ללימודי אנגלית. היא הקימה מרכז לאנגלית ופיתחה תוכנית למידה, שכללה רבים מהנושאים החשובים בלימוד אנגלית לילדים. זהבה למדה להשתמש במחשב, ותכנית הלמידה שלה הפכה לממוחשבת, כך שכל ילד יכול היה לעבוד באופן עצמאי ולקבל היזון חוזר. עם התכנית הזאת לימדה זהבה בהתנדבות ילדים רבים, וההצלחה הייתה רבה.

למרות שעברה שבץ מוחי, ובעקבותיו גם שיקום ארוך, היא לא ויתרה ולמדה את אומנות מגזרות הנייר, וגם כאן הגיעה להישגים בלתי רגילים. גם בתחום זה לימדה אנשים רבים בהתנדבות. היא העניקה רבות מהמגזרות האומנותיות שלה כמתנות והיא ממשיכה לעסוק באומנות זו כתחביב עד היום.

אבא שלי, בן זוגה לאורך חייה, רובי דהוואן ז"ל, תמך בה תמיד ועודד אותה בכל מעשיה.

כיום זהבה בת 93. גם בימי הקורונה היא ממשיכה לעבוד במחשב בביתה. היא משכללת את הערכה ללימוד אנגלית ויוצרת פרוייקטים חדשים מידי יום, להנאתה.

אנחנו, נירה וארנון קפלנסקי, ביתה וחתנה, מטפלים בזהבה באהבה ומעניקים לה תשומת לב רבה.

זהבה היא דוגמה ומופת לכולנו. תמיד הייתה אשת משפחה מסורה, ויחד עם זאת תרמה רבות, לאנשים רבים, בתחומים מגוונים וללא תמורה, לאורך שנים ארוכות. שכרה היה הסיפוק הרב שקיבלה מן הנתינה לזולת. אהבתה לבני אדם באשר הם הובילה אותה בדרך זו, וכך עד היום.

נאחל לה בריאות, סיפוק ונחת, עד מאה ועשרים!



אומנות מגזרות נייר - זהבה דהוואן



זהבה דהוואן

תודה



זכיתי לראות את הערבות ההדדית ואת 'ישראל היפה' במלוא תפארתם. זה קיים בארץ שלנו, בכל מקום, הרוח הזו של עזרה ושל ערבות הדדית ושל נתינה.

אמץ רופא.ה

מאת עדי כרמון

התלבטתי רבות איך לספר את הסיפור של "**אמץ רופא.ה**", איך להסביר מה הביא אותי להקים מיזם התנדבותי בתקופת הסגר הראשון של הקורונה. לימים, נבחר מיזם זה על ידי משרד החוץ כאחד משלושת המיזמים בעלי ההשפעה החברתית הגדולה ביותר, שפעלו בתקופת הקורונה.

המיזם גייס לשורותיו, תוך שבועות ספורים, 10,000 מתנדבים, שפעלו ב-31 בתי חולים ומוסדות רפואיים. נפרשה רשת תמיכה ארצית, שהתמקדה במתן תמיכה אישית לצוותים הרפואיים, שנאלצו להתמודד עם הרבה חוסר וודאות, עם בואו של נגיף הקורונה לארצנו. המיזם סוקר על ידי עיתונים בסין, באמריקה הלטינית ובסוכנות AP, שתפוצתה עולמית.

למעשה, הכול התחיל חודש לפני פרוץ הקורונה: ישבתי במדיטציה וניסיתי לנשום ולפצח בעיה, שהטרידה אותי במשך חודשים רבים. הבעיה הייתה הצורך להבין למה אני מתעסקת כל כך הרבה שנים בשני תחומים: זמן וכסף. העיסוק שלי ב'זמן' התחיל בעיקר עם פתיחת תנועה לקיצור יום העבודה לשש שעות, שהקמתי לפני ארבע שנים. העיסוק שלי ב'כסף' נמשך בעשור האחרון, במיזמים שהקמתי סביב מטבעות אלטרנטיביים ומטבעות קהילתיים.

שאלתי את עצמי שאלה מאוד פשוטה: מה היה קורה, אם היינו מייתרים את הזמן ואת הכסף? איך אפשר להקים פרוייקט ענק, שבו אין משמעות לזמן - כי הכול קורה בבת אחת, ואין צורך בכסף - כי הפרוייקט הוא כל כך פשוט לביצוע, שאנשים יסכימו לתרום מזמנם בהתנדבות.

התחלתי בפיילוט קטן סביב יום ההולדת שלי, ובו הצבתי בפני חבריי אתגר למתנת יום הולדת: ביקשתי לקבל מהם אתר אינטרנט ל"תנועת השש" שלי (שש שעות עבודה ביום). פירקתי את הפרויקט הגדול של בניית אתר, לעשרות משימות קטנות, וביקשתי מחבריי להשתבץ למשימה, שיוכלו להשלים בפרק זמן שבין חמש דקות לשעה. הצבתי יעד נוסף: על האתר להיות בנוי וגמור תוך חמישה ימים. כעבור חמישה ימים ובזכות תרומתם של 53 חברים, האתר קם. זה היה הישג מאוד משמעותי עבורי, לראות איך אפשר להרים פרוייקט קטן תוך ימים ספורים, ללא זמן וללא כסף.

בעקבות הניסוי המוצלח, בימים שלאחר מכן, הייתי כל כולי שקועה במחשבות, איך להקים סטרטאפ חדש, שיאפשר להוציא לפועל פרוייקטים גדולים, על ידי פירוקם למשימות ולתת-משימות ממש קטנות, כאלו שכל אחד יוכל להשתבץ אליהן; סטארטאפ שיהיה ללא גורם ריכוזי שמנצח על הכול, אלא עם קבוצות מבוזרות של משתתפים. חשבתי על פרוייקטים כמו חתונה בהפקה עצמית, או אפילו הפקת אירוע "חלום ליל קיץ" שלנו באופן הזה.

ואז הגיעה הקורונה. קראתי כתבה, שצויין בה, שלצוותים הרפואיים אין מספיק מסכות. וזה 'חירפן' אותי. לא הבנתי איך ייתכן, שכל אזרח מן השורה צייד את עצמו במלאי של מסכות, ואילו לרופאים ולצוותים, שבאמת צריכים מיגון, אין מספיק. אז החלטתי להקים מיזם, שבו מעבירים מסכות מבתים פרטיים לבתי החולים. לצורך תיקוף הרעיון, סיפרתי לחברה, שהיא רופאה בחדר המיון בבית חולים "איכילוב", שזה מה שאני רוצה להקים. אותה רופאה סיפרה לי שיש בעיה חמורה מהמחסור במסכות והיא, שכל החברים שלה, שהם הורים צעירים, לא מצליחים למצוא סידור לילדים. המטפלות לא מסכימות להגיע לטפל בילדים של רופאים, וסבא וסבתא הם בקבוצת סיכון. כך מצאו עצמם המתמחים והרופאים הצעירים במצב, שבו הם נדרשים לתורנויות ארוכות, בזמן שהילדים שלהם בבית, ללא בית ספר, והם אובדי עצות.
ישבתי וחשבתי, איך אפשר לתמוך בכל רופא ובכל רופאה ובאנשי צוותים רפואיים באשר הם, בין אם חסרות להם מסכות, או שמרטפית, אוכל מבושל לילדים, או קניית מצרכים מהסופֶּר. וברגע של בהירות, היה לי פיצוח: נקים מערך תמיכה של אחד לאחד לרבים. הכוונה היא, שכל מה שאנחנו נעשה ב"אמץ רופא.ה" יהיה לשדך בין רופא אחד לבין מתנדב אחד לפי קרבה גיאוגרפית. ומהרגע הזה, המתנדב ילמד את הצרכים של הרופא שהוא אימץ, ויקים עבורו רשת תמיכה בקרב חבריו ושכניו, שיעזרו לו לתמוך ברופא.
זהו, זה היה הרעיון הגרעיני. העליתי פוסט לפייסבוק עם הצהרת כוונות, פתחתי קבוצת פייסבוק, ותוך ימים ספורים זרמו מאות בקשות מרופאים, שזקוקים לאימוץ ופי ארבעה מזה - פניות של מתנדבים, שרוצים לאמץ. משם המשכנו לאימוץ מחלקות, ובסופו של דבר - לאימוץ בתי חולים שלמים, עם רכז בכל בית חולים. המתנדבים שלנו בישלו עבור צוותי הרפואה, שמרו על ילדיהם, הוציאו עבורם את הכלב לטיול ונתנו להם את החניה הפרטית שלהם בערים הצפופות, כדי שלא יבזבזו את מעט הזמן הפנוי שלהם על חיפוש חניה. היה מערך של מטפלים, שנתנו מענה רגשי לרופאים; היה רכז דיור, שמצא להם דירות לבידוד; חברות קמעונאיות תרמו דרכנו אריזות מזון ופינוקים בשווי של מיליוני שקלים; עובדי הייטק תרמו את יתרות ה"תן ביס" שלהם בסך 200 אלף ש"ח; חברות ליסינג נתנו לרופאים רכבים בחינם דרכנו, ועוד ועוד.
זכיתי לראות את הערבות ההדדית ואת 'ישראל היפה' במלוא תפארתם. זה קיים בארץ שלנו, בכל מקום, הרוח הזו של עזרה ושל ערבות הדדית ושל נתינה.

השתתפתי בפרוייקט "אמץ רופא.ה"
ריאיון עם מאיה סופר

"בגלל הקרבה לעדי כרמון, זה הגיע מהר מאוד אליי. הייתי שותפה לתהליכים הראשוניים, אבל זה לגמרי שלה. באופן טבעי, נרשמתי, כי אני יכולה. למה לא. כששלחו לי את שם הרופא, גיליתי שהוא מכאן ושאני מכירה אותו ואת אשתו. כששוחחתי איתם, התברר לי עד כמה זה מביך עבורם ועד כמה הם לא רוצים להיחשף, אבל הבנתי גם עד כמה זה יקל עליהם. הבטחתי לעזור בעילום שם. העזרה להם התמקדה בבישולים. אישית, אני לא ממש מבשלת. אבל הרעיון הוא להפעיל קהילה. כל אחת השתבצה כפי יכולתה. אני תרמתי בכך שהסעתי, ארגנתי, הבאתי, שימשתי כאשת קשר. זה מה שיפה בפרוייקט הזה. הנגיעה הקטנה שיוצרת אימפקט גדול. כל אחד עושה קצת ויחד זה המון. כל הזמן היה להם אוכל חם בבית, בסגר עם הילדים. בישולים - זה מה שהבית הזה היה צריך כדי שהרופא יקום בבוקר או באמצע הלילה למשמרת.
בפרוייקט **אמץ רופא.ה**, כל משפחה של רופא או רופאה הייתה זקוקה למשהו אחר, והקשר הישיר עם המתנדב.ת איפשר להיענות לצרכים במדוייק. לדוגמה, מישהי סרגה תוספת למסכה, כדי שלא יכאיב באוזניים.
אני חושבת, שמהות הנתינה היא מה שאתה מסוגל לתת מול מה שהאחר צריך. אימא שלי לימדה אותי על נתינה. כשהייתי נערה, היא ביקשה שאשטוף כלים. לא אהבתי לשטוף כלים, אז תליתי את הכביסה. אימא אמרה לי, 'לא זה מה שביקשתי. צריך להקשיב לצורך'. באמץ רופא.ה אנחנו שאלנו, 'מה אתם צריכים?' והוספנו, 'אנחנו כבר נמצא לכם את הפתרונות.'
בארץ חסרה אחריות חברתית ממשלתית. למה אנחנו צריכים לארגן אוכל לבתי חולים? האזרחים מממנים המון אוכל לרופאים. הכוונה הייתה להגיע לפרטים. זה פרוייקט שאנשים מצמיחים בעצמם. קונספט מאוד מיוחד. צריך לעשות 'העתק-הדבק' להרבה דברים."

מהות הנתינה היא מה שאתה מסוגל לתת מול מה שהאחר צריך.



משפחה מאמצת משפחה

מאת מיכל ארד

נגמר חודש הסליחות, גם עשרת ימי תשובה חלפו. על פי הלוח, התחילה שנה חדשה. אלא, שלא כבשנים עברו, שנה זו מתחילה בסימן השנה שעברה. העולם מתמודד עם מתקפה בלתי מוכרת, ה"קורונה", ה- COVID 19. תקופה זו, שזמנה אינו מוקצב, משנה את חיי כולם. בני האדם, גורלם אינו שווה, כל אחד מגיע לרגע בחייו, בו לא נותר לו אלא לבחור דרך אשר תשנה את חייו. כולנו ניצבים ברגעים כאלה לעיתים, בלי לדעת שאלו רגעים קריטיים עבורנו. מי בצעירותו מי בבגרותו, אם במודע אם לא, האדם מחפש משמעות, ובימים אלה - יותר מתמיד.

רובנו לא רואים את שיש בידינו ולא מעריכים נכונה את מזלנו, עד שאנו פוגשים את חסרי המזל, נצרכים שגורלם לא שפר עליהם. מאז שעמדתי על דעתי, חיפשתי משמעות. פחות בתחום המיסטי-רוחני ויותר בעשייה משמעותית, בעזרה לזולת ובנתינה. עשייה זו מעשירה ומעניקה רגעי אושר רבים. לאורך שנים של עשייה ונתינה, נוכחתי לדעת, שהכוונות טובות והמטרה חשובה, אך על תוצאות העשייה אין לי שליטה.

לאורך השנים, מתוך רצון לסייע, קמו במדינה עשרות רבות של ארגונים, אך עם הזמן רבים איבדו את הכנות ואת רוח תקומתם. מתן בסתר, המצווה הפֹה נעלה ביהדות, הפכה לאבן שואבת, מקור הכנסה לגופים שונים. התרומה נבלעת במנגנונים ולא תמיד מגיעה במלואה, אם בכלל, ליעד אשר למענו ניתנה.

בשנים האחרונות, מספר הנזקקים עולה כל הזמן. מצב עגום זה הביאני לחיפוש אחר דרך שונה לסיוע, לא עוד מתן בסתר, אלא סיוע מבלי ש"יגזר" ממנו חלק. בחיפושיי, התוודעתי לארגון קטן הפועל כל השנה ולקראת החגים מרחיב את פעילותו. "**משפחה מאמצת משפחה**", "**אימהות מחבקות**". ייחודו - משפחות מלוות משפחות נזקקות, מעניקות להן תמיכה וסיוע על ידי רכישת סל מוצרים, מהדברים הבסיסיים ועד לסל עשיר, זאת כדי שאף אחד לא יישאר מאחור, ובתקופה זו יותר מתמיד.

כאן בדיוק נמצא ההבדל בין מתן בסתר לאלטרואיזם (זוּלָתָנוּת).

מה ההבדל בין ארגון זה לאחרים?

מרגע ההתחברות עם הארגון, הנזקק לא נשאר אנונימי. התומך מקבל שם, כתובת ומספר טלפון, ומרגע זה, הקשר הופך לבין-אישי. הארגון נשאר ברקע וכל סל מגיע ישירות לנזקק. התורם מביא את הסל באופן אישי למשפחה הנזקקת, או שהארגון דואג לאסוף אותו ולהביאו. בדרך זו, התרומה מגיעה ליעדה במלואה.

התחברות לארגון מקנה אפשרות להתחייבות רציפה או חד-פעמית, למשל לפני חג.

כאשר קיבלתי את פרטי המשפחה, נאמר לי שמדובר במשפחה קשת יום, במצב לא טוב. לא תיארתי לעצמי את גודל השבר אותו אני עומדת לפגוש. יצרתי קשר עם אם המשפחה. אחרי שהצגתי את עצמי, שאלתי אם יש דברים מסוימים שהיא צריכה ומתי יהיה נוח שאגיע. תשובתה הייתה "מה שתביאי זה טוב. אני כל הזמן בבית".

וכך, יצאתי למסע קניות. העמסתי מספר ארגזים ושלושה סלים עם קרחומים ונסעתי לבית המשפחה.
"מר ווייז" הביא אותי למקום ואף נמצאה חנייה ממש בפתחו של בית דירות. שם ניצבה אישה, שציפתה לבואי. כשראתה אותי, הגיעה בהליכה זריזה. אישה קטנה ורזה, למעשה ההגדרה הנכונה היא 'שדופה'. מכנסיים קצרים מהן יצאו שתי רגליים בעובי של שיפודים.
כאשר דרשתי בשלומה, פתחה את פיה לענות. לא הייתה בפיה אפילו שן אחת. בראשי עלתה המחשבה שהאישה נרקומנית כבדה.
נוצרה בעיה: שישה ארגזים כבדי משקל ועוד סלים, אני לא יכולה לסחוב והיא... אין מצב. מה עושים? ביקשתי שתקרא לבנה שיבוא לעזור.. "הוא עסוק, לא יכול, אני אסתדר!" ענתה בהחלטיות.
לא הבנתי ועד כה אינני מבינה, מאין האישה הזו קיבלה כוחות. תוך לקחתי אוויר, ביקשתי סליחה על המחשבה השלילית (אישה נרקומנית), וחזרתי לביתי עם המטען הכבד הזה, הקשה כל כך לעיכול.
מאז, בתחילתו של כל חודש ובאמצעו, אני פוקדת את ביתם של אותה אישה קטנה ושל בנה, שהחיים לא האירו להם פנים.
סיפור ה"סל" פתח דלת למחוייבות אישית, לאחריות ולמעורבות מתוך רצון ואמפתיה, וזה בזהירות המתבקשת למניעת פיתוח תלות.
לאור התובנה לגבי חשיבות התרומה בדרך זו, קישרתי את הארגון עם חברה בצפון הארץ ועם חברה בדרום, והן דאגו לגייס משפחות מאמצות באזוריהן.
ההערכה והאושר בעיניה ובקולה של האישה, והברכות המתקבלות ממנה בכל ערב שבת וחג מציפים אותי בכל פעם מחדש.
אני מרגישה מבורכת, מודה על כל שיש לי, על יכולתי לסייע ולהקל ולו במעט.
זו עבורי נתינה עם משמעות.

"... מוטב לתת בלא בקשה אלא מתוך הבנה ..." (חליל ג'ובראן)

"רובנו לא רואים את שיש בידינו ולא מעריכים נכונה את מזלנו, עד שאנו פוגשים את חסרי המזל, נצרכים שגורלם לא שפר עליהם.

עשר דקות הרכב היה ריק מכל החבילות. היא הרימה ארגז, מיהרה לביתה ובזריזות חזרה, וכך עד שלקחה הכול. מהירות פעולתה יצרה בי הרגשה כאילו היא פוחדת שאסע לפני סיום הפריקה.
לפני שנפרדנו, הבטחתי לה שאשוב.
היא נכנסה לביתה, ואני - לרכבי. התיישבתי, ו ל א יכולתי להתחיל לנסוע, התקשיתי לעכל את מה שראיתי וחוויתי.
כולי נסערת, התקשרתי למתאמת בארגון וסיפרתי על חווייתי.
היא ביקשה שאמתין מספר דקות, ותוך זמן קצר קיבלתי ממנה את ההודעה, שהיא קיבלה מהעובדת הסוציאלית של אותה משפחה.
וזו לשון ההודעה:
"...זו משפחה עם המון טרגדיות. אב המשפחה מת באופן פתאומי, האימא אנורקטית במצב קשה ביותר ... הבן, נער כבן 14, חולה קשה בסכרת, אשר יצא לא מזמן מאשפוז בשל גוש בבטן ... סיפור מאוד מאוד עצוב... משתפת אותך בידוע לנו על המשפחה הזו. הכאב גדול מאוד. מי שעוזר להם, עושה מצווה גדולה, מצוות חייו..."

הערת המערכת:
כתבה זו נכתבה בתחילת השנה והיא רלוונטית עד היום.
משפחות המעוניינות לקחת חלק במיזם חשוב זה מוזמנות להצטרף דרך הכתובת הבאה:
familyadoptsfamily.co.il



ב"בית של בנג'י", לכל חייל יש חדר משלו, שמחכה לו כשהוא מגיע מהצבא. שם הוא זוכה לשירותי כביסה, לארוחות מלאות, לפעילויות פנאי, לקבלת שבת, ולכל מה שבית רגיל אמור לספק.

הבית של בנג'י
בית חם לחיילים בודדים

מאת אילת שור

לפני כחמש שנים, בסיומן של 25 שנות עבודה, כשהילדים כבר גדלו והחלו מוצאים את דרכם העצמאית בחיים, מצאתי את עצמי בשגרה פנויה יותר, והבנתי, שיש לי הזדמנות להקדיש זמן לכל מה שתמיד רציתי ואף פעם לא הייתי פנויה לעשות. חיפשתי התנדבות, שתאפשר לי לתרום מהידע ומהניסיון שצברתי בחיים ושגם תוסיף לי קצת עניין. באחד הימים, בעודי מתלבטת באיזה תחום נכון עבורי לתרום, נתקלתי במודעה שמחפשת מתנדבים לליווי חיילים בודדים ב**'בית של בנג'י'** ברעננה. משהו במודעה דיבר אלי. נכנסתי לאינטרנט, קראתי קצת והרגשתי שמשהו טוב יכול לצמוח כאן.

למדתי, שבנג'י הילמן, קצין בסיירת אגוז, נהרג במלחמת לבנון השנייה, כחודש בלבד לאחר נישואיו. במהלך השבעה, שמעו בני משפחתו מחבריו לסיירת, כי נושא החיילים הבודדים היה קרוב ללִיבו, ולכן החליטה המשפחה להנציח את זכרו על ידי הקמת בית חם לחיילים בודדים בצה"ל. עיריית רעננה תרמה שטח אדמה, תורמים גוייסו ובניין מרשים הוקם, על מנת לספק בית לכל דבר לחיילים בודדים - עולים חדשים וגם כאלה שנולדו כאן, אך אין להם משפחה תומכת.

ב"בית של בנג'י", לכל חייל יש חדר משלו, שמחכה לו כשהוא מגיע מהצבא. שם הוא זוכה לשירותי כביסה, לארוחות מלאות, לפעילויות פנאי, לקבלת שבת, ולכל מה שבית רגיל אמור לספק.

החיילים מתגוררים במקום עד לשחרורם מצה"ל, ולפני סיום השרות הצבאי, לקראת התחלת החיים האזרחיים כבוגרים, נבנית עימם ועבורם תכנית עבודה מפורטת על ידי האחראיות עליהם בבית (דנה ושני המדהימות).

כאן, בעצם, נכנסים המלווים המתנדבים לתמונה. דנה ושני יוצרות קשר, מספרות על חייל או על חיילת הזקוקים לליווי, בודקות אם מתאים למתנדב להתחיל ליווי חדש, מקשרות בין הצדדים ומעבירות למתנדבים את התוכנית האישית, המסודרת והמעמיקה שנבנתה עבור החייל או החיילת.

מה כולל הליווי?

מפגשים אישיים לפי התדירות הנדרשת (עבור כל חייל/ת זה משהו אחר), ובהמשך, גם ליווי טלפוני, עד להשלמת המשימות שבתוכנית. הליווי מתבצע בתמיכה מלאה של הצוות ב"בית של בנג'י", שזמין לכל שאלה או התייעצות, וגם בעזרת מאגר המתנדבים המגוון, שתמיד נכון לעזור – במידע, בקשרים ובכל מה שנדרש.

למעשה, אנחנו משמשים כהורה מחליף, או מנטור, או איך שתרצו לקרוא לזה. רוב המשתחררים זקוקים לעזרה עם כל הבירוקרטיות של אחרי הצבא – פתיחת חשבון בנק, רישום לקופת חולים ולביטוח הלאומי, טיפול בזכאות למילגות, וכו'.





מעבר לכך, חשוב להבין באיזו נקודה נמצא כל אחד, ומה נכון עבורו. לפעמים יש צורך בחשיבה מעמיקה יותר, וצפות שאלות כמו: איך אני רואה את העתיד שלי? במה אני רוצה לעבוד? האם אני רוצה ללמוד? מה נכון לי ללמוד ומתי כדאי לי להתחיל? לפעמים, צריך לשקף מציאות קשה, כמו התנהלות כלכלית שצריכה הכוונה, דחייה של השכלה גבוהה כדי לצבור חסכונות לשם מימונה, אולי צורך בשיפור העברית, ועוד. יש חיילים שצריך לדחוף ולקדם ויש כאלה שזקוקים יותר לאוזן קשבת ולתמיכה ריגשית – כל אחד הוא עולם ומלואו.

והחיילים או החיילות?

הם מגיעים מכל העולם והסיפורים שלהם מגוונים. עד עכשיו ליוויתי חייל מקולומביה שהגיע לצבא אחרי שהשלים לימודים לתואר ראשון; לוחם מצטיין מיחידת דובדבן שהגיע מרוסיה; לוחמת מאוקראינה שמסיימת בימים אלה תואר ראשון כפול באוניברסיטת אריאל; חיילת ישראלית שהוגדרה כבודדה מאחר שמשפחתה התנכרה לה, והחודש החלה ללמוד במרכז הבינתחומי, אחרי שזכתה במילגה יוקרתית במיוחד. לאחרונה, התחלתי בליווי של חיילת שעלתה מאוקראינה והשתחררה משירות בחיל האוויר לפני כמה חודשים. כאמור, כל אחד הוא עולם ומלואו, אבל כולם חמודים, מלאי מוטיבציה ושמחים עם כל עזרה שהם מקבלים.

לא פעם, הליווי מאתגר. צריך להקפיד לכוון אותם בלי לעשות במקומם, להתוות לכל אחד את הדרך הייחודית עבורו, קצת כמו ללוות את הילדים שלנו בצעדיהם הראשונים כבוגרים.

האחריות גדולה, אבל התהליך ממלא אותי אושר וסיפוק. לראות אותם מתבגרים, מוצאים את דרכם באזרחות, מתגברים על קשיים שהם ניצבים בפניהם ומתקדמים לקראת הגשמת השאיפות שלהם, ולדעת שהיה לי חלק קטן בכך, זו זכות גדולה!

אז אם אתם מחפשים אתגר עם הרבה משמעות, אתם מוזמנים להציץ באתר של "**הבית של בנג'י**":

benjihillman.org

שם תוכלו למצוא מגוון אפשרויות להתנדבות ותזכו בהזדמנות לעשות קצת טוב.



רב סרן בנימין אהרון ("בנג'י") הילמן ז"ל

שוקולד, מלאכים, פרפרים...

ריאיון עם גדעון סגל

כשאני מבקשת מגידי סגל, שעיסוקו העיקרי הוא טיפול רפלקסולוגי, לספר על מעשיו הטובים, הוא מתפתל. "אני מתקשה לדבר על מה שאני עושה. אני משער, שאני עושה מעשים טובים פה ושם, אבל, אני מתקשה להגדיר, בצורה צנועה מספיק, מה החשיבות של הדבר שאני עושה."
לאט לאט הוא מתרצה ומספר:
"לעבודה אני ניגש תמיד – וזה לא משנה מה גילו של הלקוח שלי, מגדרו, או צרכיו - מתוך ראיית המטרה הטובה בשבילו. לעיתים, הגישה הזו עלולה להתנגש עם טכניקות טיפוליות מסויימות.
כאשר שואלים אותי מה אני עושה, אני אומר שאני מדריך. בסופו של דבר, אנשים עושים את השינויים בעצמם. אם אגיד שאני מטפל, זה רומז לכך שמשהו מקולקל. אני לא חושב כך."
גידי למד רפלקסולוגיה במשך ארבע שנים, אך גם לפני כן הייתה לו גישה מיוחדת לעזרה לאנשים שסובלים מבעיות שונות, בגוף ובנפש. בצעירותו, שיחק כדורגל, ובשל הפציעות הרבות שחוו הוא וחבריו, החליט ללמוד עיסוי ספורטיבי. כבר אז נאמר לו, שיש משהו מיוחד בדרך שבה הוא מטפל. לאחר מכן, בקורס חובשים בעת השרות הצבאי, הוא ידע מה הבעיה עוד לפני שסיפרו לו. גם במהלך לימודי הרפלקסולוגיה, אמרו לו מוריו, שיש משהו מיוחד מאוד בעשייה שלו, לא משהו שהם לימדו אותו. מעבר ללימודים ומעבר לחושיו הטבעיים, גידי מעיד על עצמו שהוא אוטודידקט, ואם הוא נתקל במשהו שאינו יודע, הוא מחפש ובודק ביסודיות, עד שהוא מגיע לתשובה שמניחה את דעתו.
"כשאני עושה משהו, אני עושה אותו עם כל כולי, עם כל הלב והנשמה. אין אגו בטיפול. אני בא 'לא יודע'. אני נוגע, ואז מקבל את האינפורמציה. האם זו מתנה משמיים? אין לי הגדרה. זה קשור בהכלה, בחמלה ובלימודים ללא הפסקה."
גידי מדבר על כך, שחמלה קיימת אצלו במשפחה באופן מובנה. זה מתבטא אפילו בהתייחסות לחיות הבית (חיות הבית הרבות, שחלקן זכה לתיאור בגיליון הקודם של "השדה").
"יש סיפורים רבים שיכולים להיחשב כמעשים טובים. אם זה מישהו שאני שולח לאבחון, כי אני רואה בעיה, או אם זו מישהי שאני מרגיע, כי אני רואה שאין לה משהו שהיא צריכה לחשוש מפניו."

גידי קרוב לבכי כשהוא מספר:
"היה מקרה אחד, שהשפיע מאוד על רמת החמלה הטיפולית שלי. אילון, ילד בן שמונה, היה מאושפז במחלקה האונקולוגית בבית חולים 'שניידר'. הרופאים הרימו ידיים, לא הצליחו להציל את חייו. הוא שהה שם ברמה של טיפול תחזוקתי, כמו בהוספיס, כי אין הוספיס לילדים. ההורים פנו אליי בשאלה, אם אני יכול לעשות משהו כדי להקל על כאביו ועל קשייו. נסעתי אליו. לצערי, עם טיפול רפלקסולוגי אפשר לעשות מעט מאוד כנגד הסרטן. אולי רק להפחית מעט מן הכאבים. ביקרתי אותו כמה פעמים ונוצר בינינו קשר מיוחד. היו לנו שיחות רבות, מדהימות, על נושאים שונים. התרשמתי, שאילון קיבל את גורלו, בגישה של 'זה מה יש ועם זה צריך להתמודד'.
יום אחד, ביקש אילון מאימו שתצא מן החדר, משום שרצה לדבר איתי לבד. הוא אמר לי, 'אני מפחד נורא מן המוות. אף אחד לא מספר לי מה זה. נראה שכולם מפחדים, ואף אחד לא מסוגל לספר לי מה זה.' זה היה מדהים שהוא פנה אליי, כי אף אחד לא היה מוכן לענות לו, ושהוא ידע שאני כן אדבר איתו. הבטחתי לחשוב על משהו ואכן עלה לי רעיון. רציתי לארגן מצב, שאילון יראה, תוך כדי חלום, מה זה למות. אמרתי לו, שנעשה משהו, שהוא יראה מה זה – או מה שאני חושב שזה – למות. ניגשתי אל הרופא וביקשתי ממנו בקשה מיוחדת: לקבל מרדים ואת כל הליצנים הרפואיים שניתן לגייס. הרופא נענה, וזה מה שעשינו: האפלנו את החדר, השמענו מוזיקה, והמרדים הביא את אילון לרמה של טשטוש. כאשר המרדים איפשר לאילון להתעורר מעט, כל הליצנים היו מחופשים למלאכים ולפיות. החדר היה מלא במלאכים ובפיות, וגם בשני פרפרים, כי לא מצאנו מספיק תחפושות של מלאכים ופיות. לאחר כמה שניות, שבהן אילון היה ערני מספיק כדי להבחין במה

שקורה בחדר, המרדים הגביר את רמת ההרדמה. הליצנים יצאו, ההאפלה הוסרה ואילון התעורר, עם חיוך מדהים על פניו. הוא אמר לי, 'עכשיו אני לא פוחד למות'. הוא הלך לעולמו שלושה ימים לאחר מכן. לצערי, לא הייתי שם באותה שעה, רק המשפחה נכחה.

לאחר מכן, סיפרה לי אימו, שאילון, בנשימותיו האחרונות, כשהיה כבר מעורפל הכרה, אמר פתאום, עם חיוך על שפתיו, 'אני לא מבין למה יש פרפרים בשמיים...' בדיעבד, זה מצחיק, שאילון קיבל את המלאכים ואת הפיות כמובנים מאליהם, ותהה רק לגבי הפרפרים.

כאמור, אני לא הייתי נוכח בשעת המוות, אבל אני חושב, שאני יודע בדיוק איזה חיוך היה על פניו. זה היה ודאי אותו חיוך כמו באותו לילה שהגנבתי לו קוביית שוקולד. הוא אמר לי שהוא מתגעגע למשהו מתוק, אבל כבר אינו מסוגל לאכול דרך הפה. 'אבל חוש טעם יש לך, נכון?' שאלתי אותו. טבלתי קוביית שוקולד במים והעברתי אותה על לשונו. ראיתי איך הוא מתמלא בטעם של השוקולד. הוא הביט בי בעיניו הגדולות וחייך חיוך מאושר.

המקרה הזה השפיע עליי עד כדי ויתור על מקצועיות מסויימת. אני לא מוכר פנטזיות במקצועי. אילון לא היה טיפש, הוא הבין שעשיתי בשבילו משהו שתואם את תפיסת העולם שלי. זה היה כאילו למכור לו פנטזיה, אבל זה הרגיע אותו.

במשך שנים רבות היה לי קשה מאוד לספר את הסיפור הזה. אני חושב שזו דוגמה טובה של 'לעשות טוב'.

הוריו של אילון הקימו עמותה לזכרו."

אחת משלנו

ריאיון עם דיקלה אלמגור



לפניכם שני **פוסטים מהפייסבוק של דיקלה** מתקופת הסגר הראשון:

תאריך: 6.4.20

"היום הוספתי עוד הישג וסיפוק אדיר: חלוקת תרופות לתושבי המועצה האזורית דרום השרון. תודה לאלוהי הקורונה, אותה אלוהים (אני בטוחה שהיא אישה). זה רעיון גאוני לגרום לעולם להשיל את כל הטָפל ולהתרכז בעיקר, שהוא שמירה על החיים שלנו ושל האנשים שאנחנו אוהבים. זכיתי להכיר עוד ועוד אנשים יפים, לחלוק תובנות, להתקרב בלב - ולא פיזית - לאנשים שלא הכרתי, או שהכרתי, אבל לא באמת. הרבה אסימונים נופלים, הלב מתרחב, הדמעות זולגות ללא שליטה, המילה "תודה", שאני שומעת עכשיו, היא החיבוק בלב ונפלא להרגיש את זה. אז עד שנתחבק באמת מקרוב וחזק, אני רוצה להגיד לכם תודה על הזכות... חייבת."

תאריך: 29.4.20

"היום נסעתי לחלק מזון ל'אוכלוסיית הזהב' בתחום המועצה האזורית דרום השרון. הם זהב, הם באמת זהב וצריך לשמור עליהם כמו על התכשיט הכי יקר לנו. ביום-יום אני פוגשת אותם בקליניקה, מחבקת ומנשקת. הם מעדכנים אותי ומספרים לי סיפורים, אני מאושרת והם מאושרים... זה כמו בילוי עבורם להגיע אלי. כבר שבועיים שכואב לי בלב ואני לא יכולה להעניק להם את הטיפול שהם כל כך זקוקים לו.

הרבה מן המטופלים שלי לא מגיעים לכפות הרגליים, או סובלים מבעיות קשות בכפות הרגליים, רובם סוכרתיים או חולים כרוניים או בעלי צרכים מיוחדים.

בקשה לי אליכם: הבדידות הורגת אותם. תרימו טלפון לשכן / לשכנה / לדוד / לדודה. תראו אכפתיות, תשאלו אם צריך משהו. אשמח לעזור בכל מה שצריך: מזון / משלוח / ייעוץ מקצועי בתחום הפדיקור הרפואי... "

למי שלא מכיר, דיקלה היא אחת משלנו, פדיקוריסטית מומחית לשיקום ולטיפול בכף רגל סוכרתית וקוסמטיקאית פרה-רפואית, שמתמחה בטיפולי פנים מגוונים ובזיהוי נגעים טרום סרטניים. היא מצליחה מאוד בשני תחומים אלה.

בשיחת נשים קצרה, על פי ההנחיות, כמובן, פתחה דיקלה את ליבה וסיפרה על תחושותיה האישיות: "בעשרים השנים האחרונות אני מטפלת באוכלוסייה מבוגרת עם מחלות רקע, בעיקר סוכרת, אוכלוסייה שיקרה מאוד לליבי. אנשים אלה, חלקם מבוגרים מאוד, מתקשים פיזית, אפילו להתכופף לגזור ציפורן, שלא לדבר על הסוכרתיים, שזקוקים ליד מקצועית. הטיפול בהם הוא חיוני ודחוף. ציפורן חודרנית עלולה לגרום לכיבים ולמצבים קשים, אפילו לקטיעת גפיים.

בעיניי הזכות הכי גדולה היא המפגש עם ניצולי השואה. כאמור, אני עוסקת בכך כבר עשרים שנה. קשה לי לראות את ההידרדרות במצבם. כמה הם משווים שיהיה איתם מישהו, שידבר איתם, שישמע אותם. מה שאני עושה, זה סוג של שעה פרה-רפואית לגוף ולנפש. אני מטפלת בכפות הרגליים שלהם, אבל גם – וזה לא פחות חשוב – מקשיבה להם, שומעת על הצרות ועל הקשיים שלהם. אלה מפגשים עוצמתיים, ממלאים ומרגשים. אני מרגישה שזכות גדולה נפלה בחלקי לעזור להם. בכל פעם שאנו נפגשים, אני חוששת שאולי לא אראה אותם שוב. אני עושה מה שאני יכולה: נותנת להם את הטיפול המקצועי הטוב ביותר שאני יכולה ולא גובה מהם מחיר מלא. אם מישהו מהם נופל ושובר את עצם הירך, אני דואגת לבוא לבקר ולהעניק את הטיפול, עד כמה שאפשר, אצלו בבית. כאשר סגרו את העסקים ב - 15.3.20, חיפשתי דרך איך בכל זאת לתרום ולעזור. נתקלתי בפרסום למערך ההתנדבות של המועצה האזורית, יצרתי קשר והתחלתי לחלק חבילות של מזון (מתרומות) לקשישים במושבים שבאזור. לאחר מכן, התחלתי גם להביא להם תרופות.

חשבתי, שאם אני כבר עושה זאת, אני יכולה להציע עזרה באופן ישיר לתושבי שדה ורבורג, ופירסמתי הודעה בקבוצת



הוואטסאפ של נשות הכפר, 'נהגת מירוצים'.
וכך, הייתי מגיעה בבוקר למועצה, מקבלת רשימה ומחלקת מזון ותרופות ביישובים השונים. לקחתי מהתושבים כרטיס קופת חולים, השגתי את התרופות והבאתי להם אותן. בגלל מגבלות הקורונה, לא פגשתי את האנשים פנים אל פנים. הם היו משאירים לי את הרשימות ואת הכרטיסים ליד הדלת, ואני הייתי משאירה להם, באותו מקום, את מה שהבאתי להם. היה קשה לא לפגוש ולא לראות את האנשים שעזרתי להם. פה ושם, יכולתי לראות אותם דרך החלון.
לעיתים היה צורך בהבהרות ודיברתי איתם בטלפון. גם הרופאה בקופת חולים כללית, ד"ר זהות, עזרה מאוד. אם היה חסר מרשם, היא טיפלה בבעיה. היא אפילו הקליטה ברכת חג שמח בווידיאו עבור מטופליה.

דאגתי מאוד למטופלים שלי, שלא יכולתי לפגוש בתקופת הסגר, מפני שיש טיפולים שלא יכולים לחכות. להם הבאתי, ביוזמתי, ציוד בסיסי כמו פצירה, כדי שהמטפל בבית יוכל לתת להם טיפול ראשוני.
עם כל התסכול שחוויתי בגלל סגירת העסק, ועם כל הדאגה לשלומם של המטופלים שלי, הרגשתי סיפוק בזכות העובדה שיכולתי לעזור.
וגם אני זכיתי לתשומת לב מרגשת: ראיתי אדם מבוגר הולך על השביל שקרוב לביתי. ניסיתי לבדוק אם הוא צריך עזרה. הסתבר שהוא שָכן. הוא לא ביקש דבר, אבל התרגש מאוד מהפנייה שלי. למחרת, בזמן שהיה מחסור גדול בביצים, הגיע אליי ובידיו תבנית ביצים עטופה, עם סרט."

בין שני עמים

מאת גבי מגל

בעמותת "בדרך להחלמה" מתנדבים יום יום ישראלים להסיע חולים פלסטינים, בעיקר ילדים, ממעברי הגבול אל בתי החולים בישראל, לקבלת טיפול רפואי. בעמותה מאמינים שפעילות זו תורמת להעמקת ההיכרות, לקירוב הלבבות ולקידום הפיוס.

לפני כתשע שנים, ביקרתי משפחה שישבה שבעה על מות ראש המשפחה בקיבוצי, גבעת חיים מאוחד. ישבתי עם האלמנה, ושמעתי מה היו מעשיו של הנפטר בשנים האחרונות. היא סיפרה לי על חלקו בעמותה "**בדרך להחלמה**", שמסיעה ילדים פלסטינים מהמחסומים לבתי חולים בארץ. העמותה הוקמה על ידי יובל רוט, לאחר שאחיו נהרג ברצועת עזה. יובל ביקש לעשות מעשה שיקרב בין שני העמים. מאז, פועלת העמותה כבר למעלה מעשרים שנה.
מעשה זה השאיר עלי רושם רב וביקשתי להצטרף לפעילות העמותה. קיבלתי מן האלמנה את מספר הטלפון של יובל רוט, יצרתי עימו קשר, ומאז ועד היום אני מסיע ילדים והוריהם, פעם בשבוע, לבתי החולים באזור המרכז, בעיקר ממחסום אייל או משער אליהו, שמצפון לטייבה.
אני מזמין את כל מי שרוצה להבין את מהות היחסים בין שני העמים, לבוא ולראות מה קורה שם כל יום: כבר בשש בבוקר, המקום הומה אנשים וכלי רכב מסוגים שונים. אלפי אנשים עוברים את ביקורת הגבולות וממהרים לתפוס את ההסעות ולצאת למקומות העבודה. בצד, עומדים כמה כלי רכב פרטיים ומסיעים את מי שצריך לבתי החולים.
במהלך השנים, קבענו מקום מסויים, בשולי הרחבה הענקית, שם אנחנו מחכים לילדים ולהוריהם. על מחסום השפה אנו מתגברים בעזרת העברית הדלה שלהם ובעזרת הערבית הדלה שלי. אני מקפיד לומר להם שאני מבין ערבית, והם צוחקים ואומרים שהם מבינים עברית...

הנסיעה אורכת כמחצית השעה עד בית-חולים "שיבא" וכשעה עד בית חולים "וולפסון". אני מביא את הנוסעים לשער בית החולים. שם הם יורדים לבדיקה ביטחונית, חוזרים לרכב, ואני מסיע אותם למחלקה. לאחרונה, שיניתי את המסלול, ואני מסיע את הילדים ואת הוריהם גם לאחר גמר הטיפול. באותו יום אני בכוננות קריאה, וכשקוראים לי, אני נוסע לבית החולים ומחזיר אותם למחסום.
לא כול מכריי וידידיי היו מאושרים, כאשר שמעו לראשונה על עיסוקי זה. חלקם שאלו, "מה, כבר אין יהודים שצריך להסיע? מה פתאום ערבים?" אני שלם מאוד עם מה שאני עושה. בקיבוץ חינכו אותי, שאם יש משהו שנכון לעשותו, ואתה יכול לעשותו, אין שום סיבה שלא לעשותו. זהו המוטו שלאורו אני חי כל השנים.
בשבילי, המשמעות של המעשה הזה היא מפגש בין שני העמים, שאיננו מלחמתי. שני הצדדים רואים, שבצד השני יש בני אדם, בני אדם בדיוק כמונו, על חולשותיהם ועל הצדדים היפים שלהם. שנים רבות שִׁירַתִּי בצבא, ונלחמתי בהם. כיום אני רואה את העזרה שאני נותן להם כחלק בלתי נפרד מחיי. אני מקווה להמשיך בעיסוקי זה עוד שנים רבות.
הערת המערכת: פרטים נוספים אפשר למצוא באתר העמותה:
roadtorecovery.org.il



עושים טוב

עיצוב: יעל הבר-שוטן

נתראה בגיליון הבא!