

דברי הכפר

"אל תזלזל בתולעת, היא יכולה להפיל עץ גדול"

יהודה כהן



גיליון מס. 2280 * כ"א חשוון תשע"ב * 18 בנובמבר 2011
כפר הנשיא * עלון פנימי

sachlav@kfar-hanassi.org.il

ימי הולדת

20/11	שושנה קרופרו - 60	25/11	מירית קוניגס דביר בן רשף דורין אגמון (נכדה-מרקוסון) איתי נוימן (נכד-נאי) מיקה מרקוסון
22/11	מאיר ריינס רותי גדליזון דנה וויטהם נופר מלינה דורון בולדווין (נכד-עמר)	26/11	סמדר חבני עודד אורן (נכד ריינס) מירב דויל (נכדה א. חצור)
23/11	אדווה כץ		
24/11	ריצ'ל פלינק-ג'קסון דורם וולאך ענבל פרנק		

מזל-טוב!



ימי נישואין

20/11	ג'וליה ואריה ניצן שוש וזמי בן-צבי
22/11	אדווה ואריאל סינה



נזכור			
כז	בחשון תש"ן	24.11.89	נוח שיין
כט	בחשון תשס"ה	13.11.04	ראובן מנדזיגורסקי

גשמים ופירורים

ישמחו אלה שמזהים כבר לפי הכותרת ששוב הגיע תורי לאסוף ולכתוב פירורים, כמו שאני תמיד ניגשת לעבודה הזאת, עם אנרגיות חיוביות ומחפשת את המילים והדרכים היפות לעביר לכם את הדברים, שעברו עלינו בשבוע האחרון. אז כמו בכל הפעמים, אני מתיישבת בפירת המחשב שלנו בבית, מרימה את העיניים לכיוון רמת הגולן, אל הנוף המהמם של הירוק, שמתחיל לחזור ומנסה לעשות סדר במה שהספקתי לאסוף ולעביר את זה לדף. אז נתחיל עם הגשם? לא, הפעם נשאיר את זה לסוף ונתחיל עם חדשות אחרות.

נתחיל באיחולי נסיעה טובה לאסטל חצור, שנסעה השבוע לכמה שבועות להיות במחיצת המשפחה שבאמריקה. תמסרי ד"ש חם לעליזה קווין ולבובה הבלונדית הקטנה. תבלי איתם יפה, תנוחי ותחזרי אלינו במהרה.

נאחל דרך צלחה גם להרולד וואלך, שנפרד מאיתנו בימים הקרובים לטובת פרנסה בדרום אפריקה. מאחלים לך כל טוב ושתחזור אלינו מהר. תחסר לנו בשבילים ובעיקר בקבלות שבת. אז מקומך שמור ואנחנו מבטיחים שלא נשכח לשיר לך את "אדון עולם" בגרסה האהובה עליך.

ירדתי ללוח המודעות, שבדרך כלל משם אני שואבת חלק מהחדשות שאני מדווחת עליהם ולמרבה שמחתי ראיתי עמוד שלם, שכולו ברכות ללידות, מקסים. אז ברכות למשפחת ברק לשקד ורונה להולדת הבן, אח לאליה, נכד לנתן ורונית וג'ודי ונין להילדה. ותוספת נפלאה לחמולה הגדולה, בקיצור מזל טוב לכולם והמון נחת מהאוצר הקטן.

עוד מזל טוב לדנה ומיקי במנולקר להולדת הבת החדשה שירה, אחות קטנה לאלה. גם לכם נאחל המון המון איחולים וברכות ובעיקר בריאות, נחת ואושר.

לא סיימנו, גם במשפחת כץ יש שמחה גדולה לכבוד הולדתה של בתם הבכורה של חנה ושחר ששמה בישראל אוריה, אז שוב מזל טוב להורים המאושרים לסבים יוסי וצביה ולסבתא רבא ריני כהן שזהו הנין השביעי שלה (ויש לה עוד כמה בדרך). אז המון מזל טוב לכולם רק בריאות וחיים מאושרים.

ברכות גם לדין קורן שסיים השבוע קורס מ"כים וממשיך עכשיו במסלול הצבאי בחייל ההנדסה. שמור על עצמך ובהצלחה בהמשך הדרך. כמה צעדים אחרי דין, צועד הראל מרום, שגם הוא בחייל ההנדסה ומסיים

בימים אלה חודשים ארוכים של טירונות.
בהצלחה לשניכם וחזרו תמיד בשלום הביתה.

אם שמתם לב לפחי האשפה החדשים, שניצבים לצד הפח הירוק לאשפה ביתית, המיכלים של הקומפוסט, הפח האדום לבקבוקי הפלסטיק. עכשיו הצטרף גם פח כחול שמיועד לנייר ועיתונים. רק חסר לנו פח לבקבוקי זכוכית והשלמנו את סידרה. תודה למועצה שמספקת לנו את הפחים ודואגת שנמחזר ונשמור על הכדור.

חברי המכינה שלאט לאט התרגלו לסביבה החדשה שלהם, כבר די שוחים ביננו ונכנסו למסלול של שגרה, לימודים ופעילויות. הם תורמים מזמנם בבתי הספר באזור, נפגשים עם חברים ותיקים ב"מפגש", הם גם נפגשו עם החברה מהנעורים וחשבו ביחד על פעילויות משותפות במשך השנה. השבוע גם אירגנו במשק ילדים "שעת סיפור" והציגו לפני ילדינו את הסיפור "מיץ פטל". המשיכו להנות מהשנה הנפלאה שלכם וגם להנעים את זמננו.

תנו בכפיים לשתי קבוצות הכושר שלנו שבהדרכתו של רן צרפתי. אחת היא קבוצת הנערות הצעירות יחד עם הנשים היותר מבוגרות, והקבוצה השנייה היא קבוצת הנוער, שיצאו לריצת לילה לאור ירח בשדות של בית הלל ולאורך הטיילת. הריצה מתחלקת לשני מקצים אחד 5 ק"מ והשני 10 ק"מ. את הריצה מארגנים אחת לחודש בירח מלא. הרצים שלנו חזרו בשלום ומסרו שהייתה חוויה מקסימה ומהנה ומקווים לעשות את זה שוב.

להדרכה בנעורים, הצטרפו שני קומונרים חדשים מהנוער העובד והלומד, מיכל ואהוד. הם גרים בקן של הנוער העובד והלומד במחניים ומגיעים אלינו מספר פעמים בשבוע להעביר פעילויות לנעורים.

שתי נציגות היו לנו בעצרת לזכרו של רבין בכיכר, מיטל גלוק ושירה שטיינר. הן יצאו השכם בבקר יום שבת באוטובוס שיצא מהצפון ואסף בדרכו למרכז עוד נוער מכל רחבי הגליל. הקבוצה סיירה בשכונת התקווה בת"א ונפגשה עם המפגינים בשדרת נורדאו (החברים של המפגינים מרוטשילד). לבסוף גם נכחו בעצרת לזכר רצח רבין.

כיתת תמר (החברה של שנת בר המצווה) נפגשו השבוע בערב יום שלישי וקיימו את המשימה שמירה על הקיבוץ. הפעילות כללה סיור לילי וסגירת השערים, הסבר של נורמן על החשיבות של השמירה וקינחו את הפעילות בארוחת שחיתות של צ'יפס נקניקיות על האש וקפה בוך. על המשימה ניצח אילן מדינה.

נכון, היינו עסוקים בדברים אחרים כמו צדק חברתי, וחזרתו של גלעד שליט הביתה, חרם על הקוטג', מחאת האמהות, משפטו של קצב, ותמיכה במתמחים והשביתה של העובדים הסוציאליים ובכלל הישרדות יום יומית. וקצת שכחנו את ים המלח. הוא לא נכנס הפעם לרשימת שבעת פלאי תבל, אך בעיינינו הוא תמיד יהיה פלא ונשאר אחד מהמקומות היפים והמיוחדים בארצנו.

הבטחתי לסיים במזג האוויר אז נכון ליום זה (שלישי) מד הגשם שלנו מראה שעד היום ירדו 68.04 מ"מ ולפי מה שהחזאים מדווחים, נכונים לנו עוד הרבה ימי גשם השבוע והם גם מבטיחים לנו בהמשך, אולי גם קצת שלג בחרמון. אני מקווה שעד שתקראו את השורות האלה לוח מד הגשם יראה כמויות מכובדות של גשם. מקווה שהספקתם לשתול את כל הפקעות והבצלים בכדי שיפרחו לקראת בואו של האביב ובסוף החורף.

כמו שאני תמיד מסיימת, גם הפעם, אני שולחת איחולים לבריאות טובה והרבה אנרגיות חיוביות למי שלא נמצא בקו הבריאות. זכרו לחייך ומילה טובה, צאו לטיול קצר (עטופים טוב טוב). תאמינו לי אוויר צח נקי וקר כמו שיש לנו פה מעולה לבריאות. תיהנו מסוף שבוע נעים בחיק המשפחה והחברים.

למי שמעוניין להצטרף אלינו לקבלת שבת, כמו תמיד הדלתות פתוחות אנחנו במועדון כל יום שישי ב - 18:00 יש חברה נעימה, חלה מתוקה, יין מתוק, המון שירים יפים, וכמובן פרשת השבוע. השבוע נשמע על "חיי שרה" מפיה של דינה ברור. מוזמנים כולם.

בשבוע הבא יאספו לנו פירורים דורית ואבי. אז אם בא לכם שכולנו נדע את החדשות שלכם, צרו איתם קשר והם יספרו לנו.

שבת של אור, בריאות, נחת, חיים ושלום לכולם

ארי לוין והשטיינרים



חודש הבריאות שבוע 4

גילה דוארי העבירה לנו ערב מהנה סביב קלפי הטארוט, פתחה לבבות, והסבירה איך אפשר להשתמש בקלפים ככלי טיפולי. ההפנינג בעמיר, לסיום שבוע המטפלים במועצה האזורית, היה כנראה, דל משתתפים, אולי בגלל המקום. מכפר הנשיא השתתפו מספר מטפלים, ביניהם יוחאי (ראו להלן) שציין שמבחינתו היה מעולה.

ומה בשבוע הקרוב?

יום א' 20.11 בשעה 20:00 במועדון – הרצאה: עקרונות הרפואה הסינית עם יוחאי וולפין. הסבר מפורט בגיליון זה. כולם מוזמנים להרצאה הזו ולכל הפעילויות בהמשך השבוע.

יום ג' 22.11 בשעה 17:00 במועדון – הרצאה והפעלה של שיטת תרגילי מוח, עם ג'נט פרימוסט, נציגה של האגודה הבינלאומית לתרגילי מוח בארה"ב ומלמדת את השיטה בקורס יועצים ומדריכים במכללת אורנים. במפגש נלמד על השיטה ונחווה כיצד היא יכולה לשרת את המוח שיהיה יותר גמיש. נלמד כמה תרגילים שמשפרים את החושים ומשחררים מתח.

יום ד' 23.11 בשעה 19:30 – פילאטיס - שיעור התנסות בסטודיו של ראג'אן (במשק ילדים) עם טל קול, תושבת אצלנו וחברה של נדב חייט. טל היא רקדנית מטפלת ומדריכת פילאטיס שיקומי. מעבירה שיעורים בכל יום רביעי באותה שעה. שיעור ראשון חינם.

יום ה' 24.11 בשעה 20:00 במועדון – הרצאה: שיקום נפגעי נפש בקהילה. נועה מעין, עובדת סוציאלית ומתמחה בתחום, תספר על עבודתה.

יום שישי בשעה 10:00 במפגש – תרפיה באומנות – עם לילה הארט שעסקה בנושא במשך שנים רבות.

שבת שלום

נורית

אבחון ומניעת מחלות על פי הרפואה הסינית

במסגרת אירועי חודש הבריאות, אני רוצה להזמין את כולכם להרצאה-שיחה, שתתקיים ביום ראשון ה-20.11.11 בשעה 20:00 במועדון של כפר הנשיא.

ההרצאה תוקדש לאחד הנושאים החשובים ביותר ברפואה הסינית: האבחון.

על פי הרפואה הסינית האדם מורכב מחמישה אלמנטים אנרגטיים: **עץ, אש, אדמה, מתכת ומים**. לכול אחד יש אלמנט דומיננטי – כשמאבחנים מהו, ניתן לחזות מהן המחלות בהן אנו עלולים לחלות ומה, בהתאמה, צריך המטפל הסיני לחזק כדי שנהיה בריאים. בסין העתיקה היה נמדד טיבו של הרופא ביכולתו למנוע מהמטופלים שלו לחלות.

המשתתפים בהרצאה יכירו את חמשת האלמנטים, יאבחנו את האלמנט הדומיננטי שלהם, ויקבלו טיפים למניעת מחלות פוטנציאליות.

קצת על עצמי: למדתי רפואה סינית במשך ארבע שנים מכללת "מדיסין" בחיפה. סיימתי ללמוד לפני תשע שנים והתמחיתי בטיפול בילדים, בנשים בהריון ובהכנה ללידה. אני מטפל בקליניקה בכפר הנשיא ומרצה לרפואה סינית במכללת מדיסין.

להתראות

יוחאי וולפין

מהמרפאה

ביום ראשון 20.11, מרפאת אחות תעבוד בשעות 8.00-12.00 בלבד.

שנהיה כולנו בריאים



בנק הזמן אוצר זמן המשפר את איכות החיים בקהילה

השבוע הצטרפו עוד 6 חברים לרשימת החברים ב"בנק הזמן".

חברים הביעו את רצונם לתרום מזמנם ומעוניינים לקבל מבנק הזמן.

השבוע נרשמו 2 חברים שקיבלו שיעור מחשב, ורשומים כחייבים שעתיים מזמנם לבנק. אני אישית, אפיתי למישהי עוגה השבוע, ע"ח השעה שקיבלתי (ארוחת צהריים מבושלת לפני שבועיים).

רוח חיובית מנשבת באזורנו.

דברים מתחילים לזוז כאן בבית. אז הצטרפו והרשמו לבנק.

אם קשה לכם לחשוב על משהו שאתם יכולים לתת, דברו עם אחד מאיתנו, ונחשוב ביחד.

בקרב נפרסם רשימת רעיונות.

הרשימה פתוחה כמובן.

להצטרפות, הבהרות ורעיונות, אנא פנו אל אחד מאנשי הצוות:

מעין פלמה, דויד אלמן, מרים כהן, טרי לפינג, ושושנה ש.



החוג ללימוד מקורות ייפגש שוב

ביום ד' 23/11 בשעה 20:30 במועדון

הנושא שנלמד הפעם בפגישה יהיה

האם השואה היא הוכחה לאי קיומו של האל ואם לא
אז, איפה היה אלוהים בשואה?

שאלות ששואלים אנשים מאמינים (וגם כאלה שאינם)

מלמד דודו

הציבור מוזמן

רשמו ביומנים



שי לחבר

נטע אלמן ז"ל, לקחה על עצמה לעקוב אחרי ימי הולדת עגולים ותאריכים אישיים משמעותיים. היא דאגה לאסוף כספים ממי שהיה מוכן לתרום והסכום הזעיר התווסף לסכום מכובד ובזה היא בחרה בשי מתאים לבעל השמחה.

אני קיבלתי על עצמי להמשיך במפעל נאה זה ועוסקת בו שנים עד עצם היום הזה, ועכשיו אזלו כוחותיי.

יש הרבה שמחה ורוב נחת בכל הפעילות הזאת ואני שואלת אם יש מתנדבים שמוכנים להמשיך במסורת מבורכת זו. אשמח לעזור ולייעץ לכל פונה אלי.

בברכה

הלן לוין.

הנוער



שיכת

שירת הנוער, שיר עתידנו
שיר התחדשות, בנין ועליה



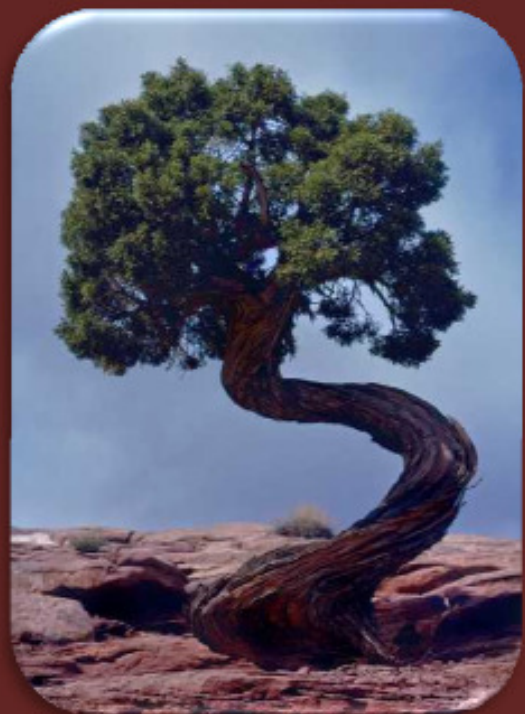
"תגיד לי אדוני החמור המדופלם
מה בעצם מתרחש בעולם?
תמיד ידעתי שנחליאלי וחצב
מבשרים על בוא הסתיו.
והנה דווקא עכשיו
כולם מדברים על אביב בארצות ערב..
מתבשמים מריחות של מהפכה
וצובעים אותה בצבעי פריחה
אבל ככול שאני מתבונן סביב
אני רואה עוד דם והרג, הכול חוץ מאביב...
סיכום ביניים בלתי מחייב
אולי ימחיש לך מה אני רואה וחושב:
לא ממש מזמן חוסל
המנהיג הלובי המטורלל...
לפניו מול התליין הוצב ועמד
הקצב המשופם מבגדד...
מובארק המסכן ממתין למשפט
וכנראה שחוץ מל"פואד" שלנו, לאף אחד ממש לא איכפת
גם לטרוריסט העל מ"בורה בורה"
צרור מטווח קצר, סגר סופית ת'ג'ורה
ורופא העיניים הסורי לתומו
ממשיך לטבוח בבני עמו
דוחה את קיצו כמיטב יכולתו
מבין הייטב שהוא ושלטונו האכזר
יתנדנדו בקרוב על חבל תליה בכיכר...
ורק האִיִּרְנִי הגמד, נו, שוּ אֶסְמוּ? אֶיִּוָּה, אחמיניג'אד
בינתיים לא עושה חשבון לאף אחד
עד שיוזמן ל"טורניר טניס" מול (לפי מקורות זרים)
חבר'ה מ"המוסד"...
כי אם = ותסלחו לי – לו לא היה כזה חמור
היה כבר קולט שהוא הבא בתור...

אבי

הפינה הויזואלית



הנה מספר תמונות
שפויות בעולמנו הבלתי
שפוי לחלוטין



The Village Voice 18.11.17

Kfar-Hanassi-Israeli Style

Vol 1 - #29

Village News: RAIN RAIN RAIN RAIN RAIN RAIN !!!!!

As of Thursday morning the rain meter was holding at 79 mm and more expected over the next several days. This is a good thing and we hope the whole winter will bring enough rainfall so it's not designated another drought year.

Of course blue skys are at a premium during periods like this and mostly we just see grey, clouded skies and the view towards the Golan, Hermon and even Rosh Pina are all obscured.

Good travelling to Estelle Hatzor who is off to the USA to visit various brnaches of the family. We hope she'll pass along greetings to Aliza and Kevin and their blond bombshell as well as all the other family members, enjoy her time away and comes back safely.

Good luck to Harold Wallach who is off to South Africa on a new job which, we hope, will be profitable. We'll miss him at kabbalat Shabbat and hope to see him soon. We'll leave a place for him and smile when we sing 'Adon Olam' to his special melody.

On the notice board this past week were birth announcements which almost covered an entire section. So nice to see the next generation beginning their own bout as parents. (see last weeks notices of 3 births).

Congradulations to Dean Koren who finshed his army course and is now on his way up the ranks of the Engineering Corps. A few steps behind is Harel Merom who is also in the same branch and just finishing his basic training. Good luck to them both and hope to see them safely home soon.

Now, besides the green garbage disbosal tanks, there are also red plastic containers (for recycling plastic bottles) and blue containers (for paper recycling). All we need now is a way to recycle our glass and cans and then we

can rightly claim that we are taking full care of the environment. We thank Tommy and the Regional Council for their support in these endeavors.

The pre-army group has settled into a routine of study and activism and we see them going about their business every day. They volunteer in various schools in the area, visit the older people in the mifgash and are looking for ways to donate their time for collaborative efforts during their stay here. This week they organized a story hour in the childrens farm and dramatized the story of The Raspberry Rabbit (Mitz Petel).

Ran Tzorfat, our sports coach, is doing well with both groups. One is the womans groups (younger and older women together) and the second is the pre-army group. Both groups ran the walkway between the fields and Beit Hillel by moonlight. There are two courses: one of 5 km and another of 10 km, which are run each month at full moon. Participants all claimed it was a great experience and one they hope to do again.

We have two new councillors from the Work/Study youth organization who are working with our teenagers. They are named Michal and Ahud, live in a group residence in Machanayim and come to us several times a week.

Two of our children took part in the demonstration for the 16th anniversary of PM Rabin's assassination: Meytal Gluck and Shira Steiner. They left early in the morning in order to meet the bus which was picking up people from all over the Upper Galilee. The group took a tour of the Tikva neighborhood in TA and met up with other demonstrators on Nordau Boulevard and then walked on to Rabin Square for the actual event.

The Tamar Bar Mitzvah group met last Tuesday night to fulfill one of their obligatory acts for the year: a night of guard duty. This included making the rounds, locking the gates and hearing a lecture by Norman Barak on the importance of guard duty. Of course it had its cook-out reward (with french fries) and was organized by our own Ilan Medina.

We were so busy with what was happening in our little country: social justice demands, the return of Gilad Shalit, the mothers demonstrations, the cottage cheese demonstrations, the doctors strike, the medical residents fight for better wages and a better system, the social workers strike...that we barely noticed that the Dead Sea was NOT included in the current list of Seven Wonders of the World. For us the Sea will always be a wonder and we hope it remains -as it has for past millenium - as a wonder for future generations.

There were parts of Tel-Aviv that were flooded during the past couple of days of heavy rains as the sewar system simply couldn't handle that amount of water at one time. The rain here has been steady instead of hitting us as a downpour, so we've managed a bit better. Let's see what tomorrow brings.

If you'd like to join us for Kabbalat Shabbat then note the time: Friday evening in the Club Room at 18:00. There wil be sweet Challah, sweet wine, lots of nice singing and the weekly portion will be read and discussed. This week we'll be doing 'Sara's life'...given by Dina Broer. Everyone is invited.

Dorit and Avi Rosenkrantz will be doing the column next week, so any further information should go to them. Have a pleasant Shabbos and get out to enjoy nature if you can...even in the rain.

Shabbot Shalom, health and peace.

Ari Levine and the Steiner's

Anniversaries:

20.11	Julia & Aryeh Nitzan
	Shoshanna & Zami Ben-Zvi
22.11	Adva & Ariel Cina

Commemorations:

24.11.89	Noah Schein	בחשון תש"ן	כ"ו
13.11.04	Reuban Mendzagorski	בחשון תשס"ה	כ"ט

Birthdays:

20.11	Shoshanna Kropero - 60 David Telem Tom Lifschitz (Eder granddaughter) Roni Ashkenazi (M.Kendall g/daughter)	22.11	Meir Raines Ruthie Gedalizon Donna Whitham Nofar Molina Doron Baldwin (amar grandson)
23.01	Adva Katz	24.11	Rachel Flink-Jackson Doram Wallach Inbal Frank
25.01	Mirit (Koenegis) Dvir Ben-Reshef Doreen Agmon (Marcuson g/daughter) Itai Neuman (Ney grandson) Mika Marcuson (granddaughter)	26.11	Smadar Havani Oded Oren Merav Doyle (E.Hatzor g/daughter)

NOTICES**Health Month - Weekly Activities (week 4!) by Nurit Oren**

Sun - 20.11 - 20:00 in the Club Room - Lecture: Principles of Chinese Medicine by Yohai Wolfin. Everyone invited.

Tues - 22.11 - 17:00 in the Club Room - Lecture: How to Keep the Brain Active by Jeanette Primost, who represents the International Society for Brain Function and teaches the course to proactioners in Oranim. She will demonstrate the principles and explain how keeping the brain active helps us to age better.

Wed - 23.11 - 19:30 - Ragan's Studio (childrens farm) Pilates - demonstration lesson with Tal Cole (resdient...and Nadav Chait's girdfriend). Tal is a dancer and a rehabilitive Pilates instructor. She gives lessens each Wednesday. First lesson: free.

Thurs - 24.11 - 20:00 in the Club Room - Lecture: Rehabilitation of Emotional Wounds within Community - by Noa Maayan, Social Worker.
Noa will also tell us about her work in this field.

Fri - 25.11 - 10:00 in the Mifgash - Art Therapy with Liela Hart who has many years of work experience behind her.

Last week Gila Doari gave an interesting lecture about the use of Cards (Tarot, etc) and their uses in therapy. The happening in Amir for supplementary health practitioners of all types was not well attended though several of our own people took part. Yohai claims that he had no problem drawing in a cliental (details for his lecture here: above).

CLINIC

Sunday 20.11 the clinic will be open from 8:00 - 12:00 ONLY

Jewish Source Material

Meeting Wednesday 23.11 at 20:30 in the Club Room

Subject: Is the Holocaust proof that there is no God, or
Where was God during the Holocaust?

Questions by believers (and unbelievers).

M'lamed Dudu Palma

EVERYONE INVITED

COMMUNAL GIFT GIVING

The late Netta Ellman used to keep lists of various occasions for communal gift giving such as weddings, certain anniversaries and 'round' birthdays. She would collect small sums from as many people as wanted to donate to make a tidy sum with which to purchase an appropriate present.

When she passed away I took on the project, but my strength is now failing and would like to know if there is anyone interested in taking over the function? There is a lot of goodwill and fellowship expressed by this and it's not something that is done all that often. If you're interested, please contact me and I'll be prepared to give tips and more information.

Helen Levine