



גיליון מס. 2910 * כ' טבת תשפ"ו * 9 בינואר 2026
כפר הנשיא * עלון פנימי

עורכת: דורית צחור dorittb1963@gmail.com



ריסטארט ללב

בעקבות שאלות רבות לשלומי, הסתבר לי שישנם כאן הרבה אנשים שהם שוחרי שלומי ולכן אני מעדכן:

1. להלן קיצור תולדות האירוע שאירע לי ביום שישי האחרון (ה-26.1.2020). בשעה 10.00 הלב שלי התחיל לפרפר. אני יודע שישנן המון סיבות במציאות הישראלית שאמורות לגרום לליבי לפרפר. אבל הפעם לא ברור כל כך מה היה הטריגר, כלומר היה דופק מואץ של בסביבות 200 פעימות בדקה. כאשר יש לי כאב מעיק בצד שמאל מהזרוע עד לצוואר.

2. עליתי ללב הקיבוץ לשתות קפה. שתיתי קפה ומעין ביקשה ממני להתקשר לדודי. כמובן שהייתי מספיק דביל ולא הקשבתי לה וירדתי הביתה. אחרי רבע שעה הבנתי שצריך לעשות משהו וקראתי לדודי. השעה הייתה כבר 11.45.

3. דודי הגיע מהר עשה במרץ כמה בדיקות והזעיק מיד אמבולנס של נט"ן. תוך רבע שעה הגיע אמבולנס ראשון. לבן. הצוות עשה לי א.ק.ג. ושלל התקף לב. בינתיים הגיע אמבולנס נוסף בצבע כתום. נט"ן ניידת טיפול נמרץ. בשלב הזה עמדו לפני הבית שני אמבולנסים. אחד לבן ואחד כתום. בשכונת חרמון חשבו ודאי שהיה פיגוע רב נפגעים בבית פלמה.

4. הצוות החדש התחיל הכל מחדש. כלומר הוסיף עוד מדבקות של א.ק.ג, היו לי עכשיו על החזה והבטן בערך 10 פיטמות של א.ק.ג. נתנו לי ללעוס כדור של אספירין 350 מ"ג שהיה איכס אחד גדול. והזריקו לי זריקה שעשתה לי ריסטארט ללב. כלומר עצרה אותו לאלפית השנייה ואז הלב חידש את העבודה. (בבית החולים אחר כך אמרו שרוב האנשים מדווחים על חוויית מוות. לי לא הייתה כזו) אבל בתוך אלפית השנייה הדופק צנח מ-200 ל-77. וואו. בחיים לא חווייתי הקלה כה גדולה. אולי רק בצניחה הראשונה בחוף פלמחים כשהמצנח נפתח.

5. אחר כך האמבולנס הפעיל סירנה ונסע מכפר הנשיא למיון בזיו בתשע דקות. כשנמרוד נוסע אחריו ברכב שלו. לאורך כל הדרך הצוות של הנט"ן היה מדהים. למיון הגעתי כבר כשאני בסדר. עשו בדיקות, צילום חזה. נמרוד היה נהדר. בגלל שאסרו עלי ללכת, הוא לקח אותי בכיסא הגלגלים לצילום החזה. בסביבות 16:45 שוחררתי. נסענו לאבו סלאח קנינו אוכל חזרנו הביתה ועשינו סעודת הבראה. אז כך קרה שבין השעה 10:00 בבוקר ל 17:00 בערב מתתי ונולדתי מחדש.

6. בצילום אני נראה בכיסא גלגלים ממתין לצילום חזה. החיך בגלל שנמרוד אמר שניסיתי להימלט מבית חולים בכיסא גלגלים.



איזה אושר היה לי אירוע לבבי

צעקת אימו של אהרון אפלפלד

1. ביום שני 5.1.26 לפני שמונה שנים הלך לעולמו אהרון אפלפלד מעולם התלאובות שאליו נולד. השואה הייתה כור המצרף הצורב שלו. ומאז שהגיע לארץ תיאר באיפוק מצמרר את הזוועות שעבר ועברו יחד איתו מיליוני יהודים.

2. "אמא נרצחה בראשית המלחמה. את מותה לא ראיתי, אבל את צעקתה האחת והיחידה שמעתי. מותה משוקע בי עמוק, אבל יותר ממותה- תחייתה" כותב מספר לנו (גם בשמי) בקול חרישי אהרון אפלפלד. הקול השקט שלו מבליט את חד פעמיות הצעקה הנוראה של אימו. שהיא כמו הציור של מונק במילים.

3. "שלושה קולות הולכים מקצה העולם ועד קצהו" כתוב בפרקי דרבי אליעזר, קול החיה על המשבר (בלידתה), קול הנפטר המתגעגע אל ביתו, והשלישי בשבילי, מאז קראתי את הדברים, הוא קול צעקת אימו של אהרון אפלפלד.

4. אחרי מותו פרץ ממני השיר הזה כצעקה חנוקה:

אהרון אפלפלד מת

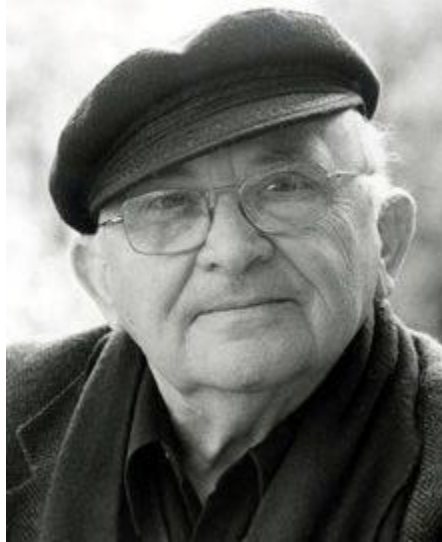
מותו של אהרן אפלפלד בשר
את בואה של סערה מתקרבת.
עירית תל אביב בנתה כבד סוללות
של חול למניעת הצפה של ים בחופים,

שחפים על שובר הגלים המכה,
כנפיהם פרושות בבהלה אל הרוח העולה
מן הים צוחו מרה - אהרן אפלפלד מת,
אהרן אפלפלד מת. גם ביד ושם
הורידו דגל לחצי התרן ומחו דמעה
על לכתו. ובכל מקרה מה כבד
היה לו להמשיך ולחיות

במדינה המגרשת פליטים לארץ גזרה.
הייתי רוצה להאמין שאפלפלד מת מפני
שלא יכל לשאת עוד מרחב מחיה יהודי
הבונה מחנות רכוז לשחרים, עכשו
משמת נותרנו לבד לשאל את עצמנו
למה אנחנו ממשיכים לחיות כאן בכלל,

פְּלִיטִים בְּנֵי פְּלִיטִים שְׁמֹגְרָשִׁים פְּלִיטִים
 וּבֹכִים עַל לְכָתוֹ שֶׁל אֶחָד אֶפְלָפֶלֶד
 שָׁפָה הַיְטִיב לְתֹאֵר בְּסִפְרֵיו מָה עֹמֵד
 לְקָרוֹת לָנוּ בְּקָרוֹב, וְרַק הַשְּׁחָפִים עַל הַמַּזְח
 לֹא עָפוּ, וְצִחוּ מָרָה, וְצִחוּ מָרָה.

4.1.2018



פינת הקריקטורה השבועית: אחרי ונצואלה נפתח לו התיאבון





• שנה חדשה ב"מפגש"

למעלה משנתיים חלפו מאז שופץ וחודש מועדון המפגש, עם שינוי גדול בהרכב המשתתפים בפעילות. בני הששים וחמש של היום הם הרבה יותר צעירים (ואולי אני הזדקנתי?). הפעילות עשירה: שילוב של פעילות גופנית, הרצאות מעניינות, חברותא וארוחות. כל זה התקיים בזכות תקציבים גדולים המועברים מהמועצה האזורית, בזכות דליה זלצברג המנהלת את המקום, בזכות הרבה מתנדבים, המסייעים, בזכות הצוות שמארגן את בית הקפה, וחגיגות ימי ההולדת החודשיים, בזכות מירי נחשתן, מנהלת הרווחה, בזכות מנכ"לית הקיבוץ בזכות תקציב הקיבוץ, שמסבסד את הפעילות, ובזכות נרשמי "מועדון מופת" שמשלמים סכום, המכסה חלק מעלויות מועדון מופת.

כל זה היה נכון, עד אשר במועצה האזורית הוחלט להפנות חלק גדול מהתקציב הזה, לטובת כלל הקיבוצים באיזור, ולא רק לחמישה הקיבוצים, שנכללו בתכנית "מופת".

אני, וכמובן לא רק אני, מקווה מאד שיישמר המקום הזה המשמש להתכנסות, לפעילות ולארוחות. (בנושא הארוחות, לצערי הרב, גיליתי כבר מזמן, שהטבע האנושי דורש, שיחד עם התכנסות חברתית או משפחתית יהיה גם אוכל על השולחן, ובכל זאת יש גם דוגמאות אחרות: אני רואה הרבה פעמים בבתי קפה מחוץ לקיבוץ, התכנסויות (בדרך כלל של גברים מבוגרים) שיושבים שעות, על כוס תה אחת ומנהלים שיחה ערה, והם אינם מוותרים על המפגשים האלה. אפשר גם על כוס תה או קפה.

היציאה מן הבית, האינטראקציה החברתית, הן מתנות חשובות ואפילו חיוניות לכל בני האדם, אך בעיקר למבוגרים שבינינו, שכבר אינם יוצאים לעבודה, וכבר אין להם מפגשים משפחתיים או חברתיים. זאת הגדולה שלנו כחברי קיבוץ, שיש לנו קהילה ויש לנו אפשרות להיפגש ולעשות דברים ביחד.

לפני כשבועיים התקיימה במפגש הרצאה על ה-BLUE ZONES, אותם מקומות ברחבי העולם שבהם חיים בקהילות קטנות הרבה מאד אנשים בני מאה ויותר. לאורך ההרצאה, אמרה המרצה כמה וכמה פעמים, שלכפר הנשיא יש הרבה מאפיינים של BLUE ZONE. בין המאפיינים, האינטראקציה החברתית, הדאגה לזקנים, וכמובן האויר הטוב שבו אנו חיים.

מאחלת לכולנו, שנמצא את הדרכים לשמור על העקרונות החשובים שעליהם קיים המפגש.

• קהילה בקשר

ועוד מסגרת נפלאה עבורנו המבוגרים בגליל העליון היא "קהילה בקשר" של עמותת ותיקי הגליל. בין שאר היתרונות של הקהילה, הטיולים והמפגשים הנהדרים שהיא מקיימת. השבוע היינו בגליל המערבי. התחלנו בביקור בכפר הבדואי ערב-אל-ערמשה, השוכן ממש על גבול לבנון. תושבי הכפר פונו במלחמה לנצרת. כל מי שמעליל על מדינת ישראל שהיא מדינת אפרטהייד, חייב לשמוע על הפינוי הזה: ממשלת ישראל מימנה גם ליהודים וגם לערבים בתי מלון לצורך הפינוי שלהם במלחמה.

הכפר הוא חלק מהמועצה האזורית מטה אשר, מועצה שרוב יישוביה הם קיבוצים ומושבים, וסופר לנו על הקשרים המיוחדים בין תושבי הכפר לבין הקיבוצים. בכפר יש רק בית ספר יסודי, לתיכון הם הולכים לבית הספר האזורי בכברי, או לבית ספר ערבי באזור, על פי בחירתם. הרבה מהגברים בישוב משרתים בצבא, ואחר כך יוצאים לעבודה ברחבי הארץ. הנשים פונות ללימודים גבוהים.

אחרי האירוח המהנה אצל הבדואים, ואחרי ארוחת צהרים במסעדה בכפר יאסיף, המשכנו לביקור בגעתון, שם שוכן כפר המחול של להקת המחול הקיבוצית. התלמידים והרקדנים בכפר באים מכל רחבי הארץ וגם מחו"ל. צפינו בשתי הופעות, ברמה יוצאת מן הכלל.

מכפר הנשיא משתתפים לא מעט אנשים, והחוויה היא כמעט כמו חוויה של טיול משק... ואת כל זה סיפרתי כדי לעורר את תאבונכם ואני ממליצה לכל מי שכבר הגיע לגיל להצטרף ל"קהילה בקשר" בגלל כל היתרונות שלה. פרטים אצל גבי טנא.

• נמות ולא נתגייס

האם החרדים באמת מתכוונים לסיסמא הזאת? אולי הרבנים יקראו למאמיניהם לשמור על קדושת החיים? במיוחד החיים של הצעירים ממש.

עד כאן לשבוע השני של 2026,

ואם תהיינה לנו חדשות טובות בשבוע הבא, שרן גווילי חזר הביתה, אשמח מאד לכתוב עליהן.

שבת שלום לכולם - תמר וולפין



פִּינֵת הַהֶנְצָחָה / דוד אלמן



בטי דוארי ז"ל - (25/1/2019 - 1/8/1921)



בטי דוארי, מקבוצת מייסדי הקיבוץ "הוותיקים".
 נולדה בלונדון ועברה לאוסטרליה בגיל 16 עם משפחתה.
 בטי, אחת מראשוני האחיות בכפר הנשיא, עבדה במרפאה שנים ארוכות.
 בטי ידוע גם כרקדנית שהגיל לא עצר אותה לרגע.
 בטי השאירה חותמה על הקהילה הן באופיה ופעילותה והן בממשפחתה
 המורחבת. כל מי שהכיר את בטי, לא ישכח אותה לעולם.



<https://khbbm1.wixsite.com/2019-04>

הביא דוד אלמן - פניות כלשהם הפנו אלי - רק לא בטלפון (בעיית שמיעה)



רגע לעצור ולומר תודה גדולה באמת מכל הלב!



יובל היקר

בשלוש השנים האחרונות ריכזת את צוות ההגברה במסירות שאין כמותה היית קשוב, נוכח, שקט ומקצועי ותמיד, אבל תמיד, נענית לכל בקשה. עשית את הכול בהתנדבות מלאה, מתוך אכפתיות אמיתית לקהילה ולמה שקורה בה. בכל טקס, בכל אירוע, בכל מפגש ידענו שאפשר לסמוך עליך. הגעת בזמן, דאגת לכל פרט, פתרת בעיות בלי שנרגיש, ותמיד עם חיוך ונכונות לעזור. בזכותך, אינספור רגעים חשובים נשמעו טוב יותר והפכו להיות מרגשים ושלמים.

תודה על הדרך, על הלב הרחב, ועל הדוגמה האישית שנתת לכולנו. מאחלים לך המון הצלחה בתפקיד החדש במסגרת עבודתך בטוחים שתביא איתך את אותה מחויבות, רצינות וטוב-לב.

ובהזדמנות זו הצלחה גדולה גם למי שנכנס לתפקיד, לי קפלן. אנחנו בטוחים שאתה לא פחות טוב, ויודעים שתדע להמשיך את הדרך בצורה הטובה והמקצועית ביותר.



תודה גדולה על הכול
וועדת תרבות בכפר

מזל טוב

בנות תאומות נולדו לסיון בידק

אחיות לאליוט וליוויה

נכדות לדינה וארנולד בידק

נינות לג'ויס אב

שפע ברכות

לכל בני המשפחה.



אנו מאחלים לכם שתגדלו אותן

באושר, נחת והרבה אהבה

רני גואילי נמצא כבר 826 ימים בשבי



שירי מלחמת חרבות ברזל



דין מספרת על תהליך הכתיבה: "את השיר כתבתי יחד עם לידור סולטן. הכרנו בלהקה הצבאית, ואיכשהו ידעתי שהדרכים שלנו עוד יפגשו. למרות שהטקסט כואב, הוא נכתב ממקום שמשלים עם המציאות ומצליח להסתכל לאחזקה בעיניים. זו הדרך שלי לפנות מקום למשהו חדש".

בשיר היא מתארת מסע אישי של כאב, פרידה והשלמה, לצד אמונה מחודשת והבנה שהחיים ממשיכים הלאה:
 "כי ראיתי הרים וגבעות איתך, איך זה פתאום ככה לא מסתדר? ראיתי את כל השדים שלך – איך אלוהים פתאום לא מתערב?"

מה שהיה היה

מילים ולחן: יובל דין ולידור סולטן

אני לא הפסקתי להאמין
 גם כשנשרף
 כל הבית מאש של הר געש אחד
 כל מה שהיה היה

אין לי יתרון
 החיסרון הזה חזק

כי ראיתי הרים וגבעות איתך
 איך זה פתאום ככה לא מסתדר?
 ראיתי את כל השדים שלך,
 איך אלוהים פתאום לא מתערב?
 איך הוא לא מתערב?

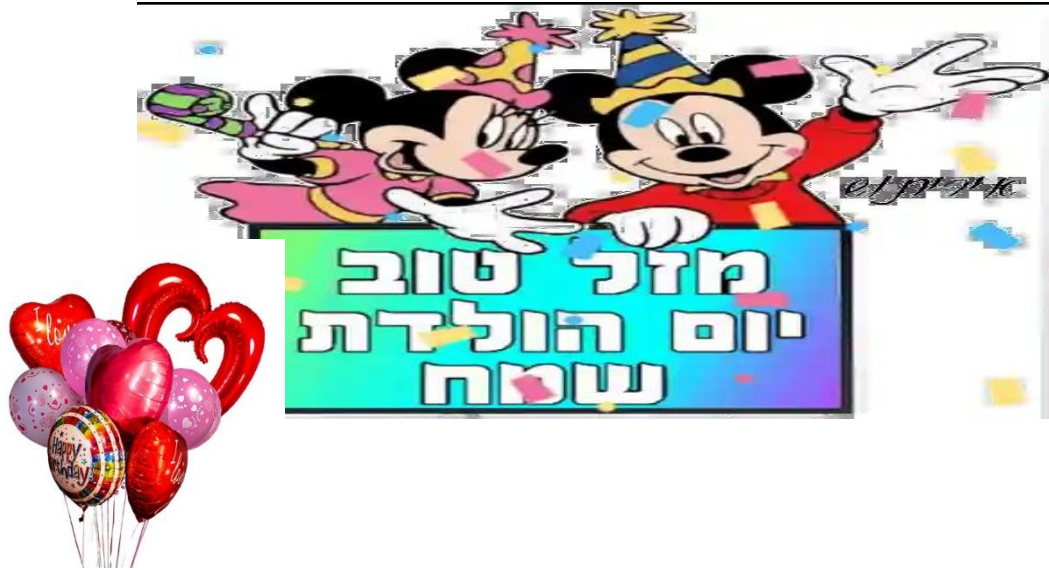
והימים עוברים אני עוד מנסה
 ללכת רחוק מכל מה שהיה
 כי מה שהיה היה, היה היה

רק כמה הרגלים ואני מצליחה
 למחוק מהלב שלי עוד הבטחה
 כי מה שהיה היה, היה היה

אין לי פיתרון
 הניסיון הזה חזק

כי ראיתי הרים וגבעות איתך
 איך זה פתאום ככה לא מסתדר?
 ראיתי את כל השדים שלך
 איך אלוהים פתאום לא מתערב?
 איך, איך הוא לא מתערב?





9.1 אורי שובל

אור מון

11.1 אסטל חצור

13.1 יוסי מלינה

נירה קורן

14.1 מולי חייט

גידי חייט

יוגב תל-צור

נהר אליהו סימלמן





סיפור לשבת

"הירושה ששברה"

כתב : יהונתן גומני

שני אחים חיו כל חייהם בשכנות. בתים צמודים, גינות משותפות, ילדים שמשחקים זה עם זה.
 אבל כשאביהם ואמם נפטרו, והגיעה השעה לחלק את הירושה ... משהו נשבר.
 מילים כואבות נאמרו, מבטים קרים עברו, ובתוך זמן קצר הבית המלא חיים הפך לשני מבצרים סגורים.
 הם לא דיברו שנים.
 כל אחד סגר את דלתו, כל אחד נשאר צודק בעיניו.
 אבל הילדים .. הם לא הבינו את המלחמה הזאת.
 יום אחד, אחרי משחק קצר בגינה, התכנסו כל בני הדודים במעגל קטן.
 הגדול מבניהם שאל בלחש:
 "למה ההורים שלנו לא מדברים? אנחנו כן מסתדרים. אנחנו כן אוהבים אחד את השני. למה הם לא?"
 שקט השתרר. ואז הקטנה אמרה:
 "אולי זה בגלל כסף ... אבל כסף זה לא סיבה לא לדבר עם אח שלך".
 באותו יום הילדים קיבלו החלטה אמיצה.
 הם כתבו מכתב קטן, פשוט:
 "אנחנו רוצים שתהיו שוב משפחה. בשבילנו".
 את המכתב הניחו על שולחן האוכל של אחד ההורים, כשהם חתומים כולם .. כל הילדים, יחד.
 כשהאחים קראו את המכתב .. משהו בהם רעד.
 הם הרגישו בוושה. הם הרגישו כאילו המראה נעמדה מולם, ומי שהחזיק אותה היו דווקא ילדיהם.
 כעבור ימים אחדים, בפעם הראשונה אחרי שנים, אחד מהם דפק על דלת השני.
 לא היו נאומים, לא היו תירוצים. רק מבט ארוך ודמעות ישנות.
 הם התחבקו.

הילדים הביטו בהם מהצד, עיניהם נוצצות.
 ובאותו רגע הבינו האחים .. הם לא רק השלימו ביניהם, אלא גם תיקנו את לבם של ילדיהם.
 מוסר השכל: לפעמים המבוגרים שוכחים את מה שהילדים מבינים היטב ... שמשפחה חשובה יותר מכל כסף שבעולם.

