

## חידון הרב על פרשת השבוע לילדים

### תשובות לחידון פרשת פנחס

- מצא בפרשה 4 זוגות אחים שמתו בגלל חטא מסויים? דתן ואבירם, ער ואונן, נדב ואבירם, משה ואהרן, פסוק בן שש מילים שבכל מילה יש את האות פ' (כ.ו, טט)
- משפחת שאינה שלימה? משפחת החלקי
- 12 שמות באותו פסוק, אחד מהם זהה? (כ.ז, א)
- סוף סוף - תחילת תיבה, תחילת סוף סוף תיבה, נכנס נח לתיבה ויצא שם? פנחס
- שתי נכדות של יעקב אבינו? שרח בת אשר (כו, מו) ויכבד בת לוי (כו, נט)
- על איזו קבוצת אנשים נאמר בפרשה זו שהם "לא מתו"? התורה מציינת באופן מיוחד שבני קורח לא מתו (במדבר כו יא).



### שאלות לחידון לפרשת מטעי

- שם נביא מפורסם בפרשה?
- 15 מילים רצופות בנות 5 אותיות כל אחת?
- בעשרה פסוקים רצופים מוזכרים 9 שמות עם הסימט של האות ג'?
- איזה תאריך פטירה מוזכר בפרשה ושל מי?
- מהם שלוש הימים המוזכרים בפרשה זו?
- איזו מילה חוזרת על עצמה 9 פעמים בתוך ששה פסוקים עוקבים?

את התשובות בצירוף שם הפותר יש לשלוח בהודעה לרב  
052-4576769  
פרס יוגרל בין הפותרים נכונה!

## בהצלחה!!

## ועדת חינוך

השבוע יצאו כ-80 חניכים ומדריכים לפעילות חפשא את המדריך בקריון, היה מהנה מאוד, ישר כוח למדריכים, לאסתר הקומנורית ולנתן הרכז גוער.



## מטיבי לכת



### איילה טולדאנו

### טיולי בין המצרים עם מדרשת חברון

אנחנו מזמינים אתכם להצטרף אלינו לטיולים של אהבת הארץ

**ז אב 4/8** זאת ירושלים - סיור צבעוני בעקבות השבים לירושלים משנות הגלות  
17:00 מפגש בבניין כלל  
19:00 סיום בז'ראר בכר

**ז אב 4/8** ירושלים העתיקה - בחורבנה ובתקומתה  
19:00 מפגש בחניון הר ציון  
21:00 סיום בכותל

**ח' אב 5/8** קומו יְשָׁנֵי מִכַּפֶּל - סיור בחברון עיר האבות  
10:00 מפגש למרגלות מערת המכפלה  
13:00 סיום למרגלות מערת המכפלה

**ח אב 5/8** יוצאים מהחומות - סיור בעקבות ירושלים של היטב, תקומה  
9:30 מפגש בחניון ממילא  
12:30 סיום במשכנות שאננים  
לפרטים נוספים ולהרשמה  
<https://mhebron.org/?p=3256>



## פינת הלשון

### הרב יאיר פינצ'ובר

מבין המדברים  
הרב יאיר פינצ'ובר  
הרב יצחק  
הרב יעקב  
הרב יצחק  
הרב יעקב  
הרב יצחק  
הרב יעקב

הדברים הפעם יהיו לזכרה של סבתי, שרה, שהשבת ימלאו 100 שנה להולדתה (והוא גם יום הולדתה ה-60 של אחותי שתחיה). פרשתנו חותמת ומסכמת את תקופת המסע במדבר ויש בה הכנה להתנחלות בארץ. (ספר דברים הוא סיכום של דברי משה). לכל שבט יש נציג לטובת חלוקת הארץ: "ונשיא אחד נשיא אחד ממטה, תקחו לנחול את הארץ". אצל רוב השבטים הסגנון זהה: "ולמטה בני... נשיא...". אצל שבט שמעון כתוב אמנם: "ולמטה בני שמעון" אך לא כתוב "נשיא". לעומת זאת אצל יהודה ובנימין אפילו המילה "בני" אינה מופיעה. "למטה יהודה כלב בן יפונה". "למטה בנימין אלידד בן כסלון". רוב הפרשנים מסכימים לגבי שמעון, שלא נכתב בו **נשיא** בגלל מעשה זמרי. ביחס ליהודה ובנימין- הם השבטים שמהם התחילה המלוכה (וגם כלב היה מפורסם בפני עצמו). לא יסור שבט מיהודה, ומבנימין- שאול (ולקראו נשיא למלך זוהי "השפלה"). יש אומרים שאלידד בן כסלון הוא **אלדד** שהתנבא במחנה ומכיון שהוא נביא לא ראוי לקרוא לו "נשיא" שזה פחיתות מעלה עבורו. הרש"ר הירש אומר שאצל בנימין ויהודה לא מוזכר "בני" ולא "נשיא" כי "בני" בא להבליט את הפרטים בתוך השבט וגם "נשיא" בא להבליט את חשיבותו של הנשיא. בחלקם של יהודה ובנימין היה בית-המקדש והכל מתבטל אל הקודש. בשבט שמעון גם לא נזכר "נשיא" כי שבט שמעון כלול בשבט יהודה. בעל "אמת ליעקב" (נפטר בגיל 95 בשנת תשמ"ו, לפני 36 שנה) מוסיף שמות השבטים המופיעים בפרשתנו לכאורה אינו ברור, אבל באמת הוא לפי סדר החלוקה של הארץ. לסיכום אוסיף מס' מילים על סבתי ז"ל. סבתא שרה נולדה בארץ הקודש ומאוד מאוד אהבה אותה. מעולם לא יצאה מהארץ. היו לה מידות של אצילות ומלכות- **שרה** (!), יותר מ"נשיאות", בכח האיפוק המיוחד שלה. היתה מחוברת מאוד לספר התהילים (ודוד המלך). אהבה שלום ורדפה שלום. נפטרה לפני כ-15 שנה. שנזכה להמשיך ללכת בדרכה.

## ועד הישוב

בגרי י"ב מוזמנים להגיע למזכירות לקבלת שי מהישוב, אי"ה בשבת הבאה פרשת דברים יתקיים קידוש "צאתכם לשלום".

## בשעה טובה

לרגל השחרור לאלרואי ישי גרבי, נריה ניסים לוגסי ורחמים פינצ'ובר



### מזל טוב

למשפחת כהן תמיר וסילגית להולדת הנכד בן הודיה



### מזל טוב

למשפחת שלינגר נעמה ונתנאל להולדת הבן

## מעוניינים לחזק את ילדכם בקריאה?

מוזמנים ליצור איתי קשר לשיעורים פרטיים.  
\*אפשרות לשיעור קריאה בזוג במחיר מוזל.  
בעלת הכשרה בחינוך המיוחד.  
מוריה-0585698411

## תולעת ספרים

### פינה רחמיאן

## המלצות השבוע!

### היי הרב/הרב יוני לביא:

אמנם זה מיועד יותר לנוער אבל נהנתי ממש לדפדף בשני הכרכים המביאים התכתבויות של בני נוער עם הרב יוני לביא בנושאים שונים. השאלות מעניינות והתשובות הקולעות והחכמות שלו עוד יותר.... מוזמנים להשאיל מהספרייה האיזורית את שני הכרכים.





ישׁוב דתני לאומי

בר-יוחאי

עלון מספר 235

כניסת השבת: 19:10 יציאת שבת: 20:19

פרשת מסעי, ב' אב תשפ"ב

**תפילות ושיעורים לילדים**

**זמני תפילות**

תפילות בשבת:  
 שחרית - 8:00  
 מנחה א' - 13:30  
 דף יומי - 16:30  
 מנחה ב' - 17:00  
 אבות וילדים - מיד לאחר מנחה ב'  
 שיעור בהלכה - 19:15  
 שיעור לילדים עם הרב אביזוהר -  
 בשעה 12:00  
 שיעור בדף יומי 15:45

**מניין נץ:**

בשבת - 50 דקות לפני הזריחה.  
 בימות השבוע - 20 דקות לפני הזריחה

**ימות השבוע:**

תפילת שחרית - 6:00, 7:15  
 תפילת מנחה - 19:00  
 תפילת ערבית - 20:00  
 שיעור בשו"ת"ם - יום שני מיד לאחר ערבית  
 שיעור בהלכות בין אדם לחבירו - שלישי בשעה 19:30  
 שיעור לילדים - הרב אביזוהר - בין מנחה לערבית  
 דף יומי - מיד אחרי מנחה



**דבר רב הישוב**



פרשת מסעי היא סיכום בקצרה מה היה 40 שנה במדבר, סיכום הוא תמיד חשוב  
 אך יותר חשוב היישום של הלקחים. מה למדנו עד עכשיו מהמסעות, מה ניקח איתנו ליישום בצעדים הבאים. אנו עומדים בזמן של אחר סיום הלימודים, ויש לעשות סיכום מה למדנו כיצד ניצלנו את הזמן וכיצד אני חושב ליישם את מה שנלמד, ואין הכוונה בלימודי פיזיקה או עברית, אלא מההיבט החינוכי, מההיבט הדתי. אם כך נעשה! הרוחנו שנה.

**שילכם בשמחה ושבט שלום, הרב מאיר סגרון**

**דבר הלכה - חימומו המבורגר/קבב בשרי במחבת חלבי**

דבר זה או מעין זה, קורה בהרבה בתים, ורצוי מאד שה' סימון חלב או בשרי יהא בולט, וכמו כן שהכלים יהיו שו' נים באופן ניכר וכך יהיו פחות טעויות.  
 לעצם הענין, הדבר תלוי אם השתמשו במחבת החלבי 24 שעות קודם, אז המאכל נאסר, וגם המחבת טעון הכשר, ואם לא השתמשו בו ב-24 שעות האחרונות, המאכל מותר והמחבת טעון הכשר.  
 הכשר המחבת הוא ע"י הגעלה במים רותחים. דהיינו שצריך להרתיח מים רותחים בתוך סיר נקי ועדיף שלא השתמשו בו 24 שעות לפני, וכשהסיר מעלה בועות אזי מכניסים את כל המחבת כשהוא נקי לתוכו ולהשהותו קצת בפנים, ולהוציאו ולשטפו במים קרים, ואזי המחבת כשרה ואפשר להשתמש עמה בחלבי.

**מרפא לצמא**  
**מירב בן יוסף**

**הפינה של HENE**



**SPANISH BROOM=אחירותם החורש**

שיח ענף שגובהו 2-3 מ' אבל בגינתי יש לי כמה בגובה של 4-5 מ' שהתחילו לפרוח בסוף אפריל ומוסיפים גם צבע צהוב וריח נעים מאוד. הענפים ירוקים, חסרי עלים רוב השנה, הוא פורח בשלהבת צהובה מרחיבה. השיח פורח מסוף מרץ ועד סוף אוגוסט. הענפים גליליים "רותמיים". הפרח פרפרני אופייני. המפרש גדול וזקוף 2.5-3 ס"מ ובחלקו התחתון בולט איבר גלילי הכולל את הסירה ואת המשוטים. בתוך הסירה נמצאים איברי המין הזכריים - 10 אבקנים העוטפים עמוד עלי יחיד. ההאבקה נעשית באמצעות "מנגנון פיצוץ" כאשר דבורה כבדה מתיישבת על הסירה ומכופפת אותה-גורמת התכופפות הסירה להתפרצות גוש האבקנים מתוך הסירה ולפיזור האבקה. חלק ניכר מהאבקה נתפס בגוף הדבורה וזו נושאת אותה כעבור זמן לפרח אחירותם אחר. רק דבורי עץ גדולות מצליחות להפעיל את המנגנון ודבורים אלה אכן נחשבות למאביקות הבלעדיות של האחירותם.  
 אחירותם החורש גדל בר בכרמל ובגליל בעיקר בחלקות חורש שעציהן נכרתו.מאז שנות ה70 התפשט הצמח גם באזור ירושלים ורמאללה וכן הוא נפוץ בגינות ובצירי דרכים בעיקר באזורי ההרכ שהגעתי לבר-יוחאי הוא לא היה קיים בכלל בישוב ובאזור כולו- קניתי אחד במשתלה בפשר וגדל מצוין בגינתי והתחיל להתפשט בתוך הגינה-אחר כך ביישוב ואפילו למירון והכביש לכיוון כרמיאל!! והכל משתיל אחד קטן!מדהים ומרשים!! עלי האחירותם, גבעוליו ובמיוחד זרעיו מכילים חומרים רעילים הגורמים להקאות-חולשה כללית ולדופק חלש-לכן לא כדאי לאכול בכלל ורק להנות מיופיו!!



**בברכת חברים, ד"ר שמשון ביתנון**

**צום - לא מה שחשבנו והכרנו**

בעבר הלא מאוד רחוק שלי הייתי ניכנסת לסטרס ולחץ לפני צומות עד שהתחלתי לשלב אותם באופן מודע באורח החיים שלי כיון שהבנתי את המשמעות הבריאותית והרוחנית של הצום ולהלן כמה תובנות משנות תפיסה וחיים בהקשר של צום:  
 צום מפנה את האנרגיה שהייתה דרושה לפעילות העיכול והופך אותה לזמינה למערכות אחרות בגוף. הצום מאפשר לנו להרגיש טוב יותר, הן מבחינה גופנית והן מבחינה נפשית ומנטאלית, מחדד את יכולת המיקוד והזיכרון ומפחית את הצורך בריטאלין לסוגיו

צום קצר טווח ולסירוגין, משפר את תיפקוד הורמון האינסולין. ממצאים הראו שפעילות הורמון האינסולין, שאחראי לפינוי גלוקוז מהדם והכנסתו לתאים השונים בגופנו, הופכת יעילה יותר אחרי תקופה של צום.

מסוימים מצאו גם כי צום לטווח קצר עשוי אף להגביר את חילוף החומרים על ידי הגדלת רמות המוליך העצבי נוראדרנלין (Noradrenaline), החיוני לפעילות המטבוליזם.

מתברר שיש קשר בין אכילה מועטה לבין אריכות ימים. אחד המאפיינים של הזדקנות הוא האטת חילוף החומרים. ככל שאנו אוכלים פחות, כך פוחת העומס על מערכת העיכול שלנו. עדות חיה לכך היא סבתא רבה שלי הצדיקה שהייתה צמה 40 יום בשנה וההריכה ימים בטוב עד שגידלה שיניים חדשות והיו עולים ברגל לראות את זה כסגולה לכל מיני עניינים שאני פחות בקיאה בהם...לפי ילדיה היא עברה את גיל 120, אין לדעת בוודאות אך היא זכרה ארועים היסטוריים לבוריים בתקופה שלא היה גוגל וויקיפדיה.

**רפואה שלמה וצום מועיל, מירב**