

# תכנית התחבורה לעמק חפר

| אורלי אגרנט |

\* גבעת חיים איחוד - היסעית לתחנת הרכבת בחדרה.  
 \* מתחם אלונית משמר השרון (דרך יישובי גוש ח.י.ה ובית  
 יצחק) - היסעית ישירה לתל אביב, וכן היסעית לרכבת  
 בנתניה.  
 יבוצע תגבור משמעותי של אוטובוסים העוצרים בתחנת  
 נעורים, כך שבתחנה יעצור אוטובוס בתדירות גבוהה של  
 לפחות כל 10-15 דקות.  
 הדרכים אל גשר נעורים יוסדרו בצורה בטיחותית ונגישה  
 להולכי הרגל.  
 יוסדרו מקומות חנייה לרכבים, שיאפשרו גם חניה מוסדרת  
 לבעלי רכבים הנוסעים בתחבורה שיתופית.  
 עוד אמר השר סמוטריץ' כי יבחן בהקדם את נושא תחנת  
 הרכבת בפארק התעשיות והאפשרות לקדמה.

ראה בעמוד 2 במסגרת את תוכנית ההיסעיות בעמק חפר

המציאות הבלתי נסבלת שיצר פרויקט נתיב פלוס לתושבי עמק  
 חפר הביאה לפגישה בין ראשת המועצה, על סגניה ועוזריה,  
 לבין השר סמוטריץ' (בשיחת ועידה טלפונית). המועצה  
 דרשה פתרונות מידיים, ומנכ"לית משרד התחבורה עדכנה,  
 שהמשרד נמצא כעת בתהליכי אישור לתוכנית תחבורתית  
 לעמק, שתכלול מערכת אינטנסיבית של היסעיות (שאטלים)  
 והסעות לתחנות הרכבת ותל אביב.  
 לאור דרישת המועצה לפתרונות מידיים - היסעית והסעה  
 ישירה לתחנות הרכבת ותל אביב - עדכנה מנכ"לית משרד  
 התחבורה כי המשרד נמצא כעת בתהליכי אישור לתוכנית  
 תחבורתית לתושבי עמק חפר, ותכלול הפעלת מערכת הסעות  
 אינטנסיבית על ידי היסעיות מהמוקדים הבאים:  
 \* מבת חפר (כולל עצירה בצומת בארותיים וצומת חניאל) -  
 היסעית לתחנת הרכבת בנתניה.

## בשורה חשובה לוותיקי עמק חפר!

האגודה לחבר הותיק בשיתוף עם "בית בכפר" - רשת הדיור  
 המוגן המובילה בישראל, מציעים הנחה בתנאים מיוחדים  
 ובלעדיים לוותיקי עמק חפר ולהורי התושבים בעמק. הרעיון  
 הינו לאפשר לוותיקי האזור דיור מוגן ב"בית בכפר" (ביתן  
 אהרון) ולהישאר קרובים למשפחה ולאזור אותו הם אוהבים.  
**שימו לב! - ההטבה הבלעדית מוגבלת בזמן.**  
 זו הזדמנות חד פעמית לעבור לדיור מוגן בתנאים שלא יחזרו.

\* ההטבה המשמעותית האמורה מתייחסת למסלול פקדון בלבד.

לבדיקת זכאות יש לפנות למוקד:  
**1-800-30-70-70**

## שירות טיפול בית

מבית דוד

### האגודה לחבר הוותיק בעמק חפר

\* מטלות ישראיות כאמצעות גיאלת סיעוד  
 \* הכיטוח האומי  
 \* טיפול חנימ - עצה הסברת לכאות (טרומ סיעוד)  
 \* יעוץ והדרכה לטיפול בכית  
 \* סיעוד אתהליך רילוי אצוב/ת לר/ה

### להישאר בבית ובקהילה - בביטחון ובכבוד

**איתנו - אתם לא אכזר!**  
 יונה-09-8943040, טל-054-2159455

# לחיי "האנשים שעושים את העמק"

| יהודה חפר |

אלפי ליטרים של בירה "אלכסנדר" הערו לגרונותיהם של כ-6,000 המבקרים ביריד "אנשים שעושים את העמק", יריד הרחוב הראשון של עמק חפר, שהתקיים ב-1 בנובמבר, 2019 בפארק התעשיות של עמק חפר.

האירוע הופק על ידי "כלכלית עמק חפר" בשיתוף מבשלת בירה אלכסנדר שחברה ל-"אלכסנדרפסט", האירוע השנתי המסורתי של "מבשלת הבירה של העמק".

יריד "האנשים שעושים את העמק" הוא חלק מקידום התיירות בעמק חפר, ומקידום העסקים הקטנים של העמק, באמצעות חשיפת תוצרת העמק לקהל מכל רחבי הארץ. רחוב החריש בפארק שבו התקיים היריד התמלא בדוכני אוכל ושתייה, משאיות מזון, דוכני מכירה של יוצרים ואומנים מהבית, תוצרת חקלאית ובעלי עסקים מתחומים שונים כולם משלנו. אלפי המבקרים, רובם הגדול צעירים, שוטטו בין הדוכנים, אכלו, שתו וצרכו, ואחדים מהם כטוב ליבם בבירה אף רקדו לצלילי תזמורת "גיאזלנד" הנהדרת. היה זה "הפנינג" אמיתי. ראשי מועצות שכנות מזמר, תמים יאסין חרזאללה, ומאליכין, עזורי שרוני, שהיו אורחי היריד סיירו בו בלוויית ראשת המועצה ד"ר גלית שאול, סגנייה, מנכ"ל כלכלית עמק חפר ויו"ר הוועדה לעסקים וזמנות בעמק.

שגיא בן יואב, סמנכ"ל פיתוח עסקי ומנהל פארק התעשיות אמר: "היריד הצליח יותר מהמצופה, וזה תמריץ משמעותי להמשיך לקיים אותו שוב".

## רב חדש לכפר הרא"ה

באירוע ההכתרה שהתקיים בבית הכנסת בכפר, השתתפו הרב הראשי לישראל, דוד לאו, יו"ר המועצה הדתית בעמק חפר, יאיר בטיטו, רבני עמק חפר, רבני הכפר לדורותיהם, אישי ציבור ותושבי הכפר.

ראשת המועצה האזורית עמק חפר ד"ר גלית שאול וסגנה חיזקי סיבק נכחו באירוע, והתרשמו מהאווירה המיוחדת בכפר, מהחום ומהקהילתיות.

הרב מאיר שקדי הגיע לכפר לפני שנה מגבעת זאב, ובשנה האחרונה עבד בכפר הרא"ה בהתנדבות. כעת נבחר לרב היישוב בתהליך קהילתי שהתקיים ביישוב.

## חדשות גמלאי עמק חפר

| אורלי אגרנט |

## החניון הסולארי הגדול בישראל יפתח בקרוב בפארק התעשיות בעמק חפר

בימים אילו נשלמות העבודות להקמה ולחיבור לרשת החשמל של החניון הסולארי הגדול בישראל בפארק התעשיות עמק חפר, בהספק מותקן של 130 קילוואט. החניון המקורה מתפרש על שטח של כ-3.2 דונם, ובו 50 עמדות חנייה לרכב פרטי כאשר הלווחות הסולאריים משמשים כגג החניון. המתקן ייצר כרבע מיליון קוואט"ש בשנה, שיחסכו פליטת גזי חממה בהיקף נרחב. מכירת החשמל תוסיף הכנסות למועצה, והכנסות אילו יאפשרו את הרחבת הפרויקטים הציבוריים והכלכליים אותם מקדמת המועצה באמצעות החברה הכלכלית. בנוסף, למערכת הסולארית הותקנו בחניון עמדות טעינה לרכב חשמלי. כמו כן, התחילו העבודות לבניית חניון סולארי נוסף בפארק התעשיות, שעתידי להיפתח גם כן בעתיד הקרוב.



חניון סולארי

המשך מעמוד 1 - תוכנית ההיסעיות בעמק חפר

-----> (גזור ושמור)

-----> (גזור ושמור)

על פי העדכונים האחרונים:

\* בת חפר (יכלול עצירה בצומת בארותיים וצומת חניאל) - לתחנת הרכבת בנתניה.

\* חנה וסע בגבעת חיים איחוד - היסעית לתחנת הרכבת בחדרה.

\* מתחם אלונית משמר השרון (דרך כפר ידידיה ובית יצחק) - היסעית ישירה לתל אביב, והיסעית נוספת לרכבת בנתניה.

\* חוף חפר וים חפר: היסעית לרכבת בנתניה שתעבור דרך יישובי חוף חפר ותעצור במחלף חבצלת השרון ונתניה.

\* בנוסף לכך, יבוצע תגבור משמעותי של אוטובוסים העוצרים בתחנת נעורים, כך שבתחנה יעצור אוטובוס בתדירות גבוהה של

לפחות כל 10-15 דקות. גשר נעורים והתחנות הסמוכות יוסדרו בצורה בטיחותית ונגישה להולכי הרגל.

המועדים להסעות על פי התוכנית (היכולים עוד להשתנות):

\* לתחנת הרכבת בהלוד (סנכרון עם זמני יציאה של הרכבת): 06:00-09:00 בבוקר; פעמיים בשעה,

09:00-11:00 בבוקר; פעם בשעה.

\* מתחנת הרכבת בחזור (סנכרון עם זמני הגעה של הרכבת): 14:00-16:00 - פעם בשעה,

16:00-19:00 פעמיים בשעה.

\* למסוף ארלוזורוב: 3 נסיעות בשעות הבוקר (8:30; 7:30; 6:30)

וממסוף ארלוזורוב: 3 נסיעות בשעות אחה"צ (18:00; 17:00; 16:00).

השירות יופעל בימים א-ה' ובחצי השנה הראשונה יהיה ללא עלות.

\* חשוב לציין כי במידה ולא יהיה בשירות שימוש מספק - הוא לא ימשיך. במידה וייעשה בו שימוש משמעותי - ימשיכו קווים קבועים בתשלום לפי תעריף משרד התחבורה.

# האוכלוסייה הוותיקה בישראל היא נכס בלתי מנוצל מספיק

| יהודה חפר |

במקום פרישה ברגע אחד תתקיים פרישה הדרגתית שתאפשר לפרש לעבוד שנים נוספות, תוך הקמת מסלול תעסוקה חילופי, בין אם במסגרת הנוכחית, ובין אם במסגרת חדשה. מסלול התעסוקה החילופי יותאם ליכולותיו ורצונותיו ולצרכי המשק. ההתאמה הזו תכלול הסבות והכשרות מקצועיות ייעודיות לענפים בעלי ביקוש גבוה לעובדים, היקפי משרה משתנים, צורת העסקה גמישה ומגוונת, פיתוח כישורים ויכולות עדכניים ורלוונטיים להמשך התעסוקה, ובמיוחד הגברת אוריינות דיגיטלית. מודל הפרישה ההדרגתית הזה צריך לכלול גם תמריצים למעסיקים".

בגיבוש הפתרונות מבחין היימן בין שתי קבוצות עיקריות האחת, אוכלוסיית המתפקדים עצמאית. כ-80% ממבני ה-65 מתפקדים כיום באופן עצמאי. היימן רואה בקבוצה זו נכס אסטרטגי בשל יכולותיה והתבונה שצברו אנשיה.

הקבוצה השנייה היא כ-20% מאוכלוסיית הזקנים הנמצאים בירידה תפקודית משמעותית. כ-85% מהם חיים בקהילה ו-15% במוסדות. לקבוצה זו צרכים רבים בתחומי הבריאות, הסייעות, השיקום, הדיור ובשירותי ייעוץ ורווחה נוספים.

היימן מדגיש שמדיניות לאומית כוללת חייבת להתייחס גם לכמיליון בני משפחה המטפלים בזקנים בישראל. בעשייתם הזו הם גם תורמים לזקנים וגם חוסכים למדינה עלויות. לפיכך חשוב שהמדינה תכיר בהם כאוכלוסייה בעלת צרכים וזכויות.

מסכם יוסי היימן: "הזדקנות האוכלוסייה זו המציאות והתמודדות אתה הוא האתגר. חשוב שנהפוך את האתגר הזה להזדמנות ומנטל לנכס. בהחלטות נכונות, הגידול בעלויות הטיפול באוכלוסייה הנמצאת בירידה תפקודית יכול להיות מכוסה ואף יותר מכך בשינוי המדיניות לגבי המשך תעסוקת הזקנים העצמאיים. זה נכון למדינת ישראל הן ברמה הערכית והן ברמה התקציבית".

האוכלוסייה בישראל הולכת ומזדקנת מזכיר לנו מנכ"ל אשל גוינט ישראל יוסי היימן. היום חיים בישראל כ-950,000 בני 65+ המהווים כ-15% מהאוכלוסייה. על פי התחזיות צופים שעד שנת 2035 מספרם כמעט יוכפל, ל-1,700,000 איש והם יהוו כ-15% מהאוכלוסייה.



יוסי היימן

למגמה זו השפעה דרמטית על שירותי הרווחה והבריאות, קצבאות המוסד לביטוח לאומי, מערכת הפנסיה, מערכות הסייעות ועוד. האוכלוסייה הוותיקה הזו היא משאב לאומי שעלינו להפוך לנכס במקום לראות בו נטל.

יוסי היימן מנכ"ל אשל גוינט ישראל אומר לנו, ש"המחשבה שאפשר לעבוד רק כ-45 משנות חיינו בעוד תוחלת החיים שלנו ממשיכה לעלות, אינה עומדת עוד במבחן המציאות.

פרישה מעבודה בגיל ממוצע של 65 כאשר באופן עוד כעשרים שנות חיים וכאשר הגיל התפקודי של רובנו מאפשר לנו לעבוד שנים נוספות, יוצרת הרעה משמעותית ביחס התלות שבין הכנסות".

היימן מוסיף ואומר: "המשך התעסוקה לאחר גיל הפרישה הנהוג כיום עשוי להגדיל באופן משמעותי את התוצר הלאומי הגולמי וכן להקטין משמעותית את חרפת הרעב בזקנה, שאליה מגיעים רבים כתוצאה מכך שהצבירה הפנסיונית שלהם אינה מספיקה לקיום נאות במשך עוד 20 שנה.

מעבר לכך מוסיף היימן, המשך תעסוקה בגיל המבוגר תורם לביטחון האישי, למעמד המשפחתי והחברתי ולבריאות גופנית ונפשית.

עלינו להתייחס לגיל הפרישה כנקודה שבה מתחיל תהליך של שינוי הדרגתי בתעסוקתו של האזרח.

## חנוכיות

| חיים לב |

במשך ההיסטוריה היו לחנוכיות מבנים שונים, מסורות שונות. שמה העברי הוכנס לשפה בסוף המאה ה-19, ע"י חמדה בן-יהודה, אשתו של אליעזר בן-יהודה מחדש השפה העברית בצילום: מקצת מאוסף החנוכיות המגוון שבביתנו.



חנוכיות

חנוכייה היא תשמיש מצווה יהודי שבו נוהגים להדליק את הנרות בחג החנוכה.

המנורה בנויה מתשעה קנים. מנהג הדלקתה הוחל בידי החשמונאים במאה השנייה לפני הספירה, לאחר שהצליחו לכבוש מחדש את בית-המקדש השני מידי הכובשים היוונים.

מצווה להדליק נרות בחנוכייה ולפרסם את נס פך השמן ברבים, לזכר ניצחון המכבים על היוונים. לכן נוהגים להניח את החנוכייה בחלון הבית או בפתחו, כדי שייראו מבחוץ. או בתוך הבית, סמוך לדלת הכניסה, בצד שמאל של הנכנס. זמן ההדלקה צריך להיות בזמן שעדיין מסתובבים אנשים בחוץ.

# סופגניות ולביבות בחנוכה

| אורלי אגרנט |

גם הלביבה מורכבת מפחמימות (תפוחי אדמה, קמח), וגם היא סופגות שמן בקלות. והבריאות?

אזהרה נוספת: יש לזכור שהשמן בו השתמשו לטיגון חוזר מתחמצן, נוצרים בו חומרים אשר נמצאו כמסרטנים ולמעשה מהווים מפגע בריאותי.

ובכל זאת, איך אפשר להנות מהחג מבלי לסכן את המשקל או את הבריאות?

הנאמנים לבריאות ולדיאטה ימצאו תמיד רעיונות יצירתיים לשיפור המתכונים עם שימוש בתחליפים בריאים:

מומלץ לאפות את הסופגניות ואת הלביבות ולא לטגנן. ואם כבר מטגנים, אז עדיף בשמן קנולה ובטמפ' גבוהה.

להקטין את גודל הסופגניות שמכינים.

להמיר למתיקים מלאכותיים במקום סוכר לבן או להשתמש בריבת דלת קלוריות.

להגביר את הערכים התזונתיים של המאכלים על ידי המרת חלקית לפחות של הקמח הלבן במתכון לקמח מלא.

לצמצם את ספיגת השמן במהלך הטיגון על ידי הוספת מעט קמח סויה לבצק (להמיר 2 כפות קמח רגיל ב- 2 כפות קמח סויה, לכל ק"ג קמח), וגם מנה קטנה של אלכוהול, המשבש את כניסת השמן לסופגנייה ומתאדה בעצמו, ולכן לא מוסיף קלוריות.

לאחר הטיגון הספיגו את השמן היטב עם נייר סופג.

למנוע את התחמצנות השמן על ידי החלפתו לאחר 2 מחזורי טיגון.

סופגניות קניות – עדיף לבחור סופגנייה גדולה ולחצות אותה לשניים, ולא לבחור בסופגנייה קטנה. הסופגנייה הקטנה מכלילה יותר שמן ויותר קלוריות מסופגנייה גדולה חצויה.

השימוש בטיפים שלעיל יכול להפחית את כמות הקלוריות בכל סופגנייה/לביבה באופן משמעותי (אפילו עד כחצי) ולהוות תחליף בריא יותר למתכון המקורי. אין לכם מה להפסיד!

בשבוועיים האחרונים החל להתפשט ברחבי הסופרמרקטים ריחן של הסופגניות הנאפות במקום. רוצים להכין אותנו מראש לחג הממשמש ובא עלינו עם כל הקלוריות הנלוות. עוד בקושי סיימנו לפרק את הסוכה והכדורים העגולים הללו כבר נחים על המדפים, בשלל מילויים, כשכל קונדיטוריה מתחרה באחותה – למי הסופגנייה היפה יותר והמטורפת יותר.

אנחנו מתחלקים לארבעה סוגים: אלה המחכים בקוצר רוח לתחילת עונת הסופגניות, ואוכלים אותן בלי חשבון, אלה שחושבים פעמיים לפני שנוטלים סופגנייה אחת שמחלקים במסיבת חנוכה, אוכלים אותה מתוך נימוס או כבוד למסורת ואחר כך סובלים מייסורי מצפון ומזדרזים לחזור לדיאטה, אלה המוותרים מראש, כי הרעיון של בצק מתוק מטוגן בשמן עמוק פשוט דוחה אותם, ואלה שחשבו פעמיים, אבל החליטו לא לאכול כי "אסור להם" – הם נורא רוצים, אבל מתאפקים.

בכל מקרה, הסופגניות והלביבות, מאכלי חנוכה מסורתיים, אהובים על הילדים וההורים כאחד, אך כדאי לדעת, שהן הסופגניות והן הלביבות אינן מאכלים תמימים והם מכילים הרבה מאד קלוריות, ואלה השומרים על הבריאות, על הסוכר ועל השומנים חייבים לקחת זאת בחשבון.

כמה קלוריות בסופגניות ולביבות?

סופגנייה "רגילה" מכילה כ-300 קלוריות בממוצע, וסופגנייה גדולה מלאת ריבה יכולה להגיע בקלות ל-450-500 קלוריות. אין ספק שכגודל הפיתוי כך גודל המכשול לכל שוחרי הבריאות ושומרי המשקל.

לביבה ממוצעת מכילה כ-200 קלוריות, "מחיר" קלורי סביר אילו היינו מסתפקים בלביבה אחת בלבד. אבל מי יכול להסתפק בלביבה אחת בלבד?

מדוע הערך הקלורי כה גבוה?

לפחמימות יכולת גבוהה במיוחד לספוג שמן, והסופגנייה,

כשמה, סופגת כמויות רבות של שמן במהלך הטיגון. בנוסף, סופגניות מכילות כמויות גדולות של סוכר, גם כחלק מהבצק,

וגם במילוי (ריבה, שוקולד, ריבת חלב ועוד) ובקישוט.



# מורידים את העלויות לתחזוקת הבית

| נתן מרכס |

ל"תחזוקת השבר" שבה אנו מחכים שהמכשיר יתקלקל ואז יוזמן התיקון, ניתן לבצע חלק מהתיקונים מבעוד מועד. דוד חשמלי לדוגמה זקוק לגוף חימום אחת ל-2-4 שנים. מחירו של החלק אינו בשמים וכדאי להחזיק בבית גוף חימום רזרבי, ובהזדמנות, שחשמלאי או שרברב מוזמן לתיקון אחר כדאי לבקש לבצע גם את החלפת גוף החימום, המחיר הסופי יצא זול יותר. פתיחה יזומה של הדוד תבטיח גם שהאבנית בו תנוקז ונקבל דוד יעיל יותר. בצורה דומה ניתן גם ליזום ניקוי צנרת המטבח בחומר משחרר סתימות וסכנת הסתימה מורחקת. הדברים אמורים גם בשימוש בחומר מסיר אבנית במדיח ובמכונת הכביסה, הפעולה המונעת מרחיקה את הנזק. עוד דרך להוזלת העלויות היא להחזיק בבית חלקים רזרביים שאנו עלולים להזדקק להם, כאשר טכנאי מכונת הכביסה החליף את גוף החימום ביקשתי שישאיר את החלק הפגום, ולפי הדוגמה הזמנתי באינטרנט גוף חימום זהה, שעלותו כשליש ממחיר החלק אצל הטכנאי או בחנות חלפים. כך גם עם נורות מיוחדות, שבגלל בעיות ראייה קשה לי להחליף בעצמי, היות החלק הרזרבי בבית מאפשר לי לבקש בן או נכדה שיעשו עבורי את ההחלפה.

יש עוד דרכים רבות להוזיל את העלויות וכל אחד ואחת מאתנו שמכיר את ביתו ימצא דרכים להוזיל את העלות. עם כל העצות הללו אני עדיין מציע לנסות ולפתור את הבעיה בכוחות עצמנו, לא תמיד מצליחים, אבל כשזה הולך יש בזה סיפוק רב וזה עושה לך את היום.

מרביתנו חיים בבתיים משלנו, וטוב שכך. הבית והחצר מחייבים תחזוקה שותפת. המושבניקים שבינינו למדו עם הזמן לטפל בחלק ניכר מהבעיות, ובעלי מקצוע לא הרבו לבקר אותנו. עם השנים חלו שני שינויים משמעותיים: נוספו עוד ועוד אביזרים חכמים שחייבו בעלי מקצוע מיוחדים ובמקביל ירד גם הכושר לטפל בחלק מהבעיות שהורגלנו לבצע בעצמנו. מי מאתנו מסוגל עדיין להיכנס בזחילה אל מתחת לכיור המטבח ולשחרר סתימה? מי מטפס עדיין אל הגג להחליף גוף חימום בדוד החשמלי? גם הכוח הנדרש לפרק ברוזל ולהחליפו בחדש לא תמיד מצוי, אנו נאלצים אפוא לבקש עזרה. אם שפר מזלנו ויש לנו דור המשך בקרבת מקום ניתן לפעמים להיעזר באחד כזה, אף כי במאמר מוסגר יאמר, שמרבית בני הדור הצעיר בקיאים בתיקונים אלה הרבה פחות מדורינו אנו, הצעירים רגילים לפנות לבעלי מקצוע. בפעמים הראשונות שנאלצתי לבחור באופציה זו הופתעתי מהעלויות הכרוכות בכך, המחיר שגובה בעל המקצוע עבור הביקור, עוד לפני שבוצע משהו, מגיע ל-150-200 ש. אחר כך, במרבית המקרים המקצוען מזהה חלק פגום שרק לפעמים נמצא תחת ידו, ונדרש אפוא ביקור נוסף, שלא לדבר על המטרד הקשה שנגרם לנו מהיעדר מים חמים, מכיור סתום, או ממנורה שאינה נדלקת עד שתובא הנורה המיוחדת הנדרשת. אנו סובלים אפוא פעמיים: גם מעלויות גבוהות וגם מהמתנה לתיקון. אין לבעיות אלה פתרון מלא, הן כאמור תוספת בלתי נעימה שבאה עם אריכות הימים, אבל יש דרכים להקטין את הנזק. פתרון חלקי נמצא בשיטת ה"תחזוקה המונעת", בניגוד

## סקירה ודגשים בנושא דיור לאוכלוסיה בוגרת

| עו"ד יעל הדר זימן |

מומלץ לבדוק מהם שירותי משק בית ושירותים רפואיים הנכללים בסל השירותים הבסיסי. מעבר לכך, יש לבדוק מהם השירותים נוספים אותם ניתן לקחת בתשלום נוסף ומהי העלות שלהם. בכל הנוגע לשירותים נוספים על התשלום הקבוע, ניתן לנהל משא ומתן מול הנהלת בית הדיור המוגן, מתוך מטרה להבטיח עבורכם את התנאים הטובים והמתאימים ביותר.

חשוב לבדוק מראש את היכולת הכלכלית לעמוד בתשלומים הנדרשים, דהיינו לנתח את המצב הכלכלי האישי מבחינת נכסים והכנסות, ולהבין מראש, האם במעבר למסגרת הרצויה ניתן לקבל, דהיינו לממן, את השירותים החיוניים והחשובים לפרט, כדי לחיות באורח החיים הרצוי, בלי ויתור על צרכים חיוניים ו/או בעלי עדיפות גבוהה.

בהקשר זה חשוב להבין, בין היתר, את מנגנון העלאת דמי השימוש החודשיים, ולנהל משא ומתן על הגבלתו. למשל, הגבלת שיעור העלאת המחיר של דמי השימוש החודשיים, והכללתו של מנגנון המסביר ומצדיק את ייקור דמי השימוש, בפיקוח חיצוני כגון זה של רואה חשבון. הצד השני של המטבע הוא להבטיח שלא יצומצמו או ישחקו שירותים הניתנים בסל השירותים הבסיסי, ולא תהיה ירידה ברמת השירות.

**כתבה שנייה: דיור מוגן במסגרת פרטית**

בשנת 2012 נכנס לתוקף חוק הדיור המוגן, אשר מסדיר את פעילות ענף הדיור המוגן בישראל. במסגרת החוק נקבעו האישורים הנדרשים לצורך הפעלת בית דיור מוגן, התנאים לפעילותו ואופן ההתקשרות עם הדיירים. בנוסף, החוק קובע צורות מחייבות להבטחת כספי הפיקדונות של הדיירים במקרים בהם החברה תיקלע למשבר (משכנתא, ערבות), ולכן כל הכתבות באינטרנט לפני פירסום החוק עשויות להיות לא רלבנטיות. בתי הדיור המוגן במגזר הפרטי מציעים שלוש חלופות עיקריות: מסלול הפקדון המלא, הפקדון החלקי ודמי השכירות. הפקדון הוא סכום מופקד מראש בסכום ניכר, ובנוסף נדרש תשלום חודשי עבור סל השירותים הבסיסי-דמי שימוש חודשיים. כשהפקדון המשולם בכניסה לבית הדיור המוגן הוא מלא – התשלום החודשי יהיה הנמוך ביותר לעומת התשלום במסלולים של פקדון חלקי ושכירות. ביותר לעומת במסלול השכירות אין צורך בתשלום פקדון בכניסה, אולם התשלום החודשי יהיה גבוה לאין ערוך מהתשלום החודשי במסלול פקדון מלא. חשוב להבין שבכל המסלולים ישנם תשלומים והוצאות שאינם כלולים בסל השירותים הבסיסי, כגון ארנונה, כביסה, ובמיוחד אוכל.



גרמופון

# פינת הנוסטלגיה

| חיים לב |

## גלגולו של נושא ההקלטה

ה"פטיפון" הוא מכשיר מכני להקלטה והשמעה חוזרת של קול. בצורותיו המאוחרות במאות קודמות הוא נקרא גרמופון ומאז שנות ה-40 של המאה ה-19 הוא נקרא: "נגן תקליטים" ה"פטיפון" הראשון הומצא בשנת 1877 ע"י תומאס אדיסון, והיה הראשון שהצליח לשחזר את הצליל המוקלט שנרשם על גבי נייר כסף עדין שעטף גליל מסתובב.

בשנות ה-80 של המאה ה-19 הציג אלכסנדר גרהם את ה"גרמופון" בו נרשם הקול על גבי שעווה שציפתה גליל קרטון. בשנות ה-90 של המאה ה-19 החליף אמיל ברלינר את הגלילים לדיסקים שטוחים עם חריץ ספיראלי העובר מהשוליים לכיוון המרכז. וזה העיקרון של התקליטים עד היום, רק החומר השתנה. אמיל ברלינר הוא גם זה שטבע את המונח "גרמופון" שתפקד בחשיבות ההקלטות שלו ועליו במשך כל המאה ה-20.

בשנת 2010 הייתה התעוררות דיגיטאלית והפטיפון עם ה"אוזן הענקית" הפך למוצג מוזיאוני. עד כאן ההיסטוריה. כיום, הקלטת ראינות ושיחות טלפון, השמעת מוסיקה ואפילו האזנה וזיהוי יצירות מוסיקליות ושירים עושה הפלאפון האישי של כל אחד.

ובכל זאת, אוהדי מוסיקה בררניים עדיין מחפשים את התקליטים והפטיפונים של המאה העשרים.

## קראים כתבים.....

# תור לטיפול

| רינה נוי - חופית |



קבעתי תור לרופא המשפחה בכפר ויתקין. האמת, מזמן לא בקרתי אצלו, הוא בטח שכח ממני. הרי יש לו מיליון מטופלים ואני כבר בת 87 וכל שערותי הלבנו. איך באמת הוא יזכור? נכנסתי אליו והמשפט הראשון שאמר לי "מה שלומך, רינה?" כל הלחץ ירד! הוא זוכר! שטחתי לפניו את כל

תחלואי ולמזלי לא שלח אותי לבדיקות נוספות אחר כך באה השאלה השנייה, "מה את עושה היום? מה סדר היום שלך?" תהיתי, האם הרופא הפך להיות עובד סוציאלי?? מה השאלות הללו? - "קצת קוראת, קצת מוזיקה, קצת בישול, קצת גינה והרבה מיטה. יש לציין שלגיל הזה יש גם יתרונות. הרופא פלט, "את אישה מדהימה!!!" לקחתי את המשפט הזה, הפנמתי וחס וחלילה לא אעביר את תכנו, כי באמת מי יאמין שאשה בת 87 יכולה להיות מדהימה??

כמעט נפרדנו, הוא אחל לי שאשמור על הבריאות ואני, כמו פעם, השבתי לו, "תשמור גם אתה על בריאותך", ויצאתי למסדרון של המרפאה. הכול מבהיק, גובה העציצים הגיע לשחקים ומשום מה המסדרון היה ריק, כנראה כולם נסעו במאורגן למונטנגרו... (אצלנו הכול תמיד מאורגן..). כשיצאתי מהמרפאה הבנתי שאני ממש סנילית, מי מאחל לרופא שישמור על בריאותו??

## האגודה לחבר הוותיק-עמק חפר

# קהילה תומכת עמק חפר

תוכנית מיוחדת למען האוכלוסיה המבוגרת, הצטרפו גם אתם לקהילה התומכת המעניקה לחצן מצוקה המחובר למוקד 24 שעות ביממה, 365 ימים בשנה. חזק!!! סבסוד מסמעותי לניצולי שואה

- ☺ שירותים רפואיים בבית 24 שעות ביממה.
- ☺ אב קהילה זמין לקשר אישי.
- ☺ סיוע בסידורים יום יומיים, תיקונים קלים בתחזוקת הבית
- ☺ ביטחון אישי ושקט נפשי

## השותפים:

- ☆ מועצה איזורית עמק חפר
- ☆ האגודה לחבר הוותיק בעמק חפר
- ☆ האגף לשירותים חברתיים עמק חפר
- ☆ משרד הרווחה
- ☆ מוקד אנוש

לפרטים נוספים על הצטרפות לתוכנית לפנות:  
לאב הקהילה איתן דהרי  
050-8788324

ת	ש	ר	ק	צ	פ	ע	ס	נ	מ	ל	כ	י	ט	ח	ז	ו	ה	ד	ג	ב	א
		12			6	22	4	20	14			13					8		2		

☆	7	10	18	12	6	7	8	☆	5	9
2	☆	20	10	6	17	13	15	☆	14	4
22	14	17	20	☆	8	16	12	9	☆	10
15	12	8	14	9	☆	14 מ	13 י	22 ע	2 ג	6 פ
☆	☆	☆	13	16	8	☆	☆	21	11	☆
8 ה	17	6	☆	13	10	20	☆	8	12	17
12 ר	13	☆	15	22	12	☆	16	☆	10	10
4 ס	13	9	☆	21	13	14	18	☆	20	12
20 נ	6	21	11	☆	3	16	10	5	☆	20
13 י	10	14	4	☆	20	10	12	15	☆	21
14 מ	20	8	☆	☆	☆	11	7	☆	13	10

האמרה:

8 14 14 15 18 12 9 8 7 9 13 7 7 20 10

פתרון תשביץ נובמבר 2019: פטרוזיליה, שמיר, אורגני, זעתר, סלרי, נענע, שום, הל, ריחן, מרוה, כוסברה, רוזמרין.  
האמרה: תדשא הארץ עשב דשא.

טוף בכיוון חדש

# דרך הפסלים ביער צרעה

| אביבה ששון |

בשלל צבעים, ישנה דרך הנקראת דרך הפסלים, אורכה כתשעה ק"מ, עבירה לכלי רכב וחוצה את היער לאורכו. בשנות התשעים של המאה העשרים העניקה קק"ל סלעים ענקיים ואמצעים לאומנים כדי ליצור פסלים סביבתיים. חלקם של הפסלים מציינים את קטעי גבורת שמשון וחלקם מדגישים את השתלבותם בנוף ההררי-סלעי ויוצרים פיסול סביבתי בהשראת הנופים. ביער ישנם מתקני ספורט, חניונים וכבישים המאפשרים גישה לאנשים עם צרכים ומוגבלויות. ישנו חניון עם שתי נקודות תצפית. האחת מותאמת לנכים והשנייה הינה מערכת קולית שמספרת את קורות הסביבה בכל הזמנים.



פסל סביבתי ביער

ארצנו קטנטונת, אך מלאה פינות חמד ואוצרות טבע מרהיבים. אחד המקומות המקסימים הינו יער צרעה המשתרע על אחד עשר דונם ונמצא בין צומת שמשון לצומת נחשון. היער אף הוקדש לזכרו של הנשיא חיים ויצמן ונקרא גם יער הנשיא. פסגתו מתנשאת לגובה של ארבע מאות ואחד מטר ומכל מקום ופינה נשקף הנוף עוצר הנשימה של הרי ירושלים ומישור החוף. כאן ממלכתו של שמשון הגיבור וכאן התנהלו מלחמות בין הפלישתים ובין ישראל. מלבד שפע הפרחים המיפיים את היער בכל עונה וצובעים אותו

# טיול תרמילים – לא מה שחשבתם...

| יעלי גורדון |



טיול תרמילים רק אחרי צבא? לא רק... רק למיטיבי לכת? לא בהכרח... רק לצעירים? גם לצעירים ברוחם...

עם התובנות הללו יצאנו לטיול תרמילים ורכבות באיטליה ורומניה. עם תרמיל על הגב, נעלי הליכה טובות ותוכנית שהכנו מראש יצאנו לדרך, שתי חברות בנות +60. תחנה ראשונה הייתה בכפר קטן ברומניה, שם אספנו חברה שלישית, שנולדה וגדלה בכפר ולימים בנתה שם את ביתה. וותיקי הכפר עדיין חיים שם כמו לפני מאה שנה: מטפחים פרה שמסתובבת חופשי בחוץ ומניבה להם חלב וגבינה, מגדלים בחצר את הירקות והפירות, ואת הלחם אופים בבית. השירותים נמצאים מחוץ לבית וגם בלילות החורף המושלגים הם יוצאים החוצה ולא מתלוננים. ככה הם רגילים. צעירי הכפר כבר בונים בתים מודרניים ומאובזרים, כמו החברה שלנו שצעירה מאיתנו בשנים. תחנת הרכבת סמוכה לכפר, אך בכדי להגיע אליה צריך לחצות שדה רחב וללכת על אבנים ושבילי עפר בדרך חשוכה. גם לזה הם רגילים, אנחנו קצת פחות... ואם לא דיי בכך, את פסי הרכבת חוצים שם ממש על הפסים.

אין מעבר מסודר. ותוך כדי החצייה חולפות שם רכבות מכל רחבי אירופה במהירות עצומה וזה כבר היה ממש מפחיד... לא הייתה לנו ברירה. כך הם חיים.

והנה אנו כבר שלוש בנות שממשיכות יחד ליעד הבא: בולוניה שבאיטליה, לצרף אלינו חברה רביעית, שגרה ועובדת שם ואצלה גם התארחנו חלק מהזמן. המיקום היה מצויף. בנסיעה של שעה וחצי עד שעתיים הגענו ברכבות לכל מקום. הרכבות באיטליה מעולות. מהירות, נוחות, נקיות ואף זולות כשקונים את הכרטיסים מראש כפי שעשינו. מידי בוקר השכמנו קום כדי להספיק לרכבת של שש וחצי בבוקר. הכנו אוכל ושתיה לכל היום וזה הקל עלינו מאוד. וכשהטיול התקרב לקיצו ליווינו את חברתנו בחזרה לרומניה. בשל הקור העז בילינו את הלילה האחרון במלון ביתי במרכז בוקרשט, ובמשך יומיים חרשנו את העיר, שגם לה היסטוריה מעניינת. ועם אותו תרמיל על גב ובאותן נעלי הליכה טובות, חזרנו הביתה עייפות אך מאושרות. ואנו כבר מתכננות את הטיול הבא, שיהיה כמובן... עם תרמיל וברכבות.

לא אפרט פה את המקומות הרבים בהם טיילנו, אך אציין חוויות מיוחדות מהדרך. ברכבת לוורונה, למשל, פגשנו בחור צעיר מברזיל, שהוא גם מורה דרך, והסכים שנצטרף אליו. במשך מספר שעות זכינו להדרכה מעולה בכל המקומות הקסומים של העיר, כמו האמפיתאטרון העתיק והמרהיב ביופיו, שהוא השלישי בגודלו בעולם, המרפסת של רומיאו ויוליה ועוד...

ביום אחר לקחנו רכבת לוונציה היפה. פשוט להתמוגג מכל היופי הזה. גם שם פגשנו אנשים מעניינים וניהלנו שיחות בשלל שפות: באנגלית, בעברית, ברומנית ובאיטלקית. זה היה היופי של הטיול. להתקדם בקצב שלנו, לפגוש אנשים מעניינים בדרך ולהכיר מקומות חדשים ברגל. גולת הכותרת הייתה פירנצה. קבענו מראש סיור בעברית עם מדריכה ישראלית שחשפה בפנינו את העיר המדהימה. האומנות, ההיסטוריה, המבנים, הסמטאות, הטבע המרהיב. אין גבול לעושר הזה. לעת ערב, כשנפרדנו מהקבוצה, נאמנות לכללי הטיול ללמוד את השטח דרך הרגליים, שמנו פעמינו לכיכר מיכלאנג'לו לראות את פסל "דוד" ולהשקיף על כל העיר מלמעלה. ההליכה, שבחלקה עלייה תלולה, הייתה מאתגרת, אך לא ויתרנו. עודדנו זו את זו להעפיל עד הפסגה ושם חיכתה לנו הפתעה. בנוסף לפסל המרהיב ביופיו ולנוף עוצר הנשימה, התקיימה הופעה של זמר איטלקי ששר בליווי גיטרה שירי עם ערבים לאוזן, ומאות צעירים מכל העולם ישבו על מדרגות תלולות להאזין ולשיר איתו ואנחנו ביניהם, כשכל פירנצה פרושה לרגלינו בצבעי השקיעה. הרגשנו בתוך חלום ורצינו שלא יגמר לעולם...

וכשהטיול התקרב לקיצו ליווינו את חברתנו בחזרה לרומניה. בשל הקור העז בילינו את הלילה האחרון במלון ביתי במרכז בוקרשט, ובמשך יומיים חרשנו את העיר, שגם לה היסטוריה מעניינת. ועם אותו תרמיל על גב ובאותן נעלי הליכה טובות, חזרנו הביתה עייפות אך מאושרות. ואנו כבר מתכננות את הטיול הבא, שיהיה כמובן... עם תרמיל וברכבות.