חדשות השכונה
כפר שלם והסביבה

כפר שלם והסביבה / מקומון עירוני / גיליון 7 / תשפ"ב, נובמבר 2021

פולה אליאס מגישה לכם לשבת: קובה דלעת | עמ' 18

קופונים והטבות
מבתי עסק מקומיים בשכונה | עמוד 21

"אנחנו כאן למען כלל התושבים בכפר שלם"

'מרכז נוער שכונתי' (מנ"ש) מקיים פעילויות מסביב לשעון למען הקשישים, תשושי הנפש, הילדים וההורים ואפילו בדרך להקמת פתיחת קורסים מקצועיים • בחמישי בדצמבר הם יקיימו ערב חגיגי באודטוריום של המנהל הקהילתי בו יוקרנו סרטונים עם סיפורים מעוררי השראה של אנשי הכפר • ליהי סעדו, מנהלת הצוות: "נשמח לשיתוף פעולה מכל גורם מוסדי או פרטי כדי להמשיך לתת מענה לכל אחד ואחת מכם" | 12

מכללת אפקה מגיעה לשכונה

המכללת האקדמית החדשה תוקם בגבול כפר שלם ויד אליהו ותתפרס על שטח של 42 אלף מ"ר • הפתיחה: ב־2026 | 4

מחובר לגלגשת

תכירו את אסא אבני מבית הספר כפיר, שלא עוזב את הסקייטבורד שלו לרגע | 14

לשחק, ללמוד וגם לשיר!

מנהל החינוך של עיריית תל אביב יפו מחפש

סייעים וסייעות לגני הילדים

- עבודה חינוכית משמעותית
- תנאים טובים
- קליטה ישירות כעובד.ת עירייה
- הכשרה ופיתוח מקצועי

יש לך 12 שנות לימוד (לפחות) ורוצה לשמוע עוד פרטים?

אפשר לשלוח קו"ח למייל cv_edu1@mail.tel-aviv.gov.il

תמונת השבוע

סמוך להכרזת העצמאות, באפריל 1948, כוחות המליציות של בני הכפר סלמה פתחו בהתקפה מאסיבית על נוה שאנן ושכונת התקוה. יריות מבין הפרדסים לא פסקו לאורך כל הלילה באמצעות מכונות ירייה כבדות. אנשי ההגנה הצליחו לבסוף להדוף את התוקפים, מלבד נזק כבד לרכוש לא נרשמו אבדות בנפש. בתמונה: אנשי ההגנה מנקים את נשקם באחד הבתים באותה העת| צילום: אוסף בנו רותנברג

תוכן עניינים

4-5	חדשות השכונה
6-7	חדשות האזור
9-10	חדשות העיר
12-13	מגזין
14	ספורט בשכונה
15	עסקים בשכונה
16	משפחה בשכונה
17	פרשת השבוע
18	מתכון לשבת
20	תשחצים/דקל בנו
22-23	אסטרולוגיה

כניסת השבת: 16:19 | יציאת השבת: 17:11

98south.news@gmail.com

**חדשות השכונה יוצא לאור מטעם עיריית תל אביב-יפו:
מנהל תקשורת ותיירות, מינהל קהילה תרבות וספורט, אגף קהילה דרום, מינהל השירותים החברתיים ובליווי קבוצת תושבים המלווה את המקומון: דורון ברזלאי, ענת רושני-פלונטל, לריסה לוין, אשר הג'ג', סולי הושיאר -דוד, בני האגשי, איציק גיני

***בעלי עסקים מקומיים בשכונה שרוצים להצטרף למתן הטבות והנחות לתושבות/ים העיר דרך מועדון 'דיגיתל' של עיריית תל אביב-יפו, מוזמנים לשלוח פרטים לדוא"ל: Digitelevent@gmail.com

המכללת האקדמית החדשה

היסטוריה בדרום-מזרח תל אביב: אפקה – המכללה האקדמית להנדסה תעבור ב-2026 לקמפוס אקדמי חדש בגבול כפר שלם ויד אליהו

עיריית תל אביב–יפו והנהלת מכ־ללת אפקה להנדסה חתמו השבוע על הסכם היסטורי, לפיו יוקם קמ־פוס חדש למכללה בשטח של 42 אלף מ"ר בדרום מזרח העיר.

השטח המדובר יכלול מבנים אקד־מיים, מעבדות מתקדמות ומעונות סטודנטים, והוא מהווה נדבך מרכזי מהחזון העירוני וההשקעה העצומה של העירייה בהתחדשות אזור דרום העיר ומזרחה ותשתית להתפתחות משמעותית למכללה המכשירה מהנדסים לתעשיית ההייטק הסו־בלת ממחסור משמעותי בכוח אדם מיומן.

על פי התוכנית, בשטח המדובר, אשר נמצא בבעלות רשות מק־רקעי ישראל ויוקצה לעירייה, צפוי לקום קמפוס אקדמי ל–5,000 סטודנטים אשר יכלול מבני קמפוס (עד כ– 58,000 מ"ר ברוטו), מעו־נות סטודנטים, וכן שטח ציבורי פתוח גדול.

אבן שואבת למשפחות צעירות

השבוע נערך טקס חתימת ההסכם על העברת המכללה על ידי ראש עיריית תל אביב–יפו רון חולדאי, מנכ"ל העירייה מנחם לייבה, נשיא מכללת אפקה פרופ' עמי מויאל ויו"ר הועד המנהל של המכללה הרצל שלם (מצ"ב תמונה)

מעיריית תל אביב יפו נמסר: "פי־תוח שכונות הדרום ומזרח העיר נמצא בראש סדר העדיפויות העירו־ני, והעתקת מכללת אפקה להנדסה לגבול השכונות יד אליהו וכפר שלם משקפת את המחויבות שלנו לתושבי השכונות. כפי שבניית מכללה אקד־מית בלב יפו שיפרה באופן דרמטי את הנגישות להשכלה גבוהה לתו־שבי האזור ותרמה לאיכות החיים והכלכלה המקומית – כך גם מכללת אפקה תשפיע על מזרח העיר, שכבר כיום הפך לאזור מועדף ואבן שואבת למשפחות צעירות".

פרופ' עמי מויאל, נשיא אפקה המ־כללה האקדמית להנדסה בתל אביב: "כמוסד אקדמי מוביל לחינוך מה־נדסים, הרואה בעצמו מנוע צמיחה של לאומי–חברתי–כלכלי, המעבר לדרום העיר תל–אביב–יפו מעניק לנו את התשתית להתרחב, להנגיש את לימודי ההנדסה לציבור הרחב ולתרום לצעירי העיר ולכלכלה הישראלית. מהלך חשוב זה, שנעשה בשיתוף עיריית תל אביב יפו והמו־עצה להשכלה גבוהה, סולל את הדרך לביסוס פעילותה של אפקה ולספק לה תשתית לקידום חינוך למדעים והנדסה ולבנות מערכת יחסים עם הקהילה ומערכת החינוך העירונית".

חתימה טובה

אפקה, המכללה האקדמית להנדסה בתל אביב, תעבור לקמפוס חדש בד־רום העיר שיוקם בשכונת יד אליהו. המהלך, שמבוצע בשיתוף עם עיריית

הדמיות מכללת אפקה | ההדמיות באדיבות ציונוב ויתקון אדריכלים

בגבול כפר שלם ויד אליהו

תל אביב והועדה לתכנון ותקצוב של המל"ג, מהווה צעד לפיתוח השכונה ואזור דרום העיר ויאפשר למכללה להרחיב את פעילותה. המעבר צפוי להתבצע בשנת 2026. הנהלת המכללה והעיריה חתמו לאחרונה על הסכם, במסגרתו יוקם עבור אפקה קמפוס חדש בשטח של כ-42 אלף מ"ר, והיא תחכור אותו למשך 25 שנה, עם אפשרות להארכה. מדובר בחלק מתכנית ההתחדשות לאותו אזור.

האזור בו תוקם המכללה מיועד לתפקד כמרכז ציבורי מטרופוליני, וכולל כבר היום את ביה"ס אורט סינגאלובסקי, ביה"ס להנדסאים, תיכון עירוני ט', מרכז קהילתי נווה בארבור ועוד.

החזון העירוני

הקמת הקמפוס והעברת המכללה, הנחשבת לאחת המכללות המובילות בארץ בתחומה, לדרום מזרח העיר הינם חלק מהחזון העירוני וההשקעה העצומה בהתחדשות האזור כולו בשנים האחרונות (חידוש התשתיות, הפארקים, היכל נוקיה, פארק גלית, קאנטרי בית בארבור, מרכז קשישים, השדרות וכו').

הקמפוס בשלב הראשון צפוי לכלול כ-60 כיתות ומעבדות לימוד סטודנטיאליות חדשות, מרכז לחדשנות ויזמות שני אודיטוריומים חדשים, ואולפנים מתקדמים להוראה מקוונת. הקמפוס צפוי לכלול מעונות לסטודנטים, וזאת מתוך דאגה לשיפור השירות ורווחת הסטודנט, נכונות להנגיש את הלימודים לסטודנטים מהפריפריה וחיזוק חיי הקהילה והחברה בקמפוס.

אפקה היא ממוסדות הלימוד הצומחים בישראל עם צמיחה של כ-40% במספר הסטודנטים תוך פחות מחמש שנים וצפי להמשך גידול לאור המחסור הגדול במהנדסים בתעשיית היי-טק. ההסכם, שנחתם בשנת ה-25 לפעילותה של אפקה, יסייע לאפקה במימוש תהליך חינוך מהנדסים עדכני ורלוונטי, הכולל הקניית ידע, פיתוח כישורים חיוניים וערכים, תוך טיפוח של "תרבות הייטק" במוסד אקדמי.

מעמד החתימה. מימין: מנחם לייבה מנכ"ל משרד העירייה וראש העיר, רון חולדאי לצד פרופ' עמי מויאל, נשיא המכללה | צילום: רוני קמחזי

לאט, אבל לא בטוח

פסי האטה המוגבהים גורמים נזק למכוניות ולבעליהן | עיריית תל אביב יפו בתגובה: "העירייה פועלת במספר מישורים להגברת הבטיחות בדרכים"

מאת אשר חג'ג' | תושב השכונה ופעיל חברתי

פסי האטה בדרכים מהווים אמצעי יעיל ונפוץ למיתון מהירות הנ־סיעה של כלי רכב, ובכך תורמים לשיפור הבטיחות. עיקר היישום של אמצעי זה הוא בשכונות המ־גורים ובסמוך למוסדות ציבור המיועדים לאוכלוסיות בעלי רגי־שות בתחום הבטיחות, כגון: בתי ספר, מתנ"סים, מרכזי פעילות לקשישים וכדומה.

פסי האטה הינם אזורים המוגבהים מעל פני הכביש ופרוסים לרוח־בו. יתרונם של פסי ההאטה הוא באכיפה עצמית וביצירת רושם חזותי המחייב להאט את הרכב. הבעיה מתחילה כאשר גובהם של הפסים עולה על שמונה סנטימט־רים ואז מכוניות ניזוקות בקפיצים ובבולמי הזעזועים וכן במתלים ובכלל בהאצת הבלאי. לאחרונה חלה אינפלציה רבתי בפריסת "פסי ההטרדה". כך היה בחודש שעבר ובין לילה הפך רחוב משה דיין למ־סלול מקפצות אותם מנצלים רכבי שטח להצדקת הנסיעה (המזהמת) של רכבם. שלא כמותם, רכבים דו גלגליים מסתכנים בנסיעה במעבר הצר שבין הבמפר למדרכה.

מנשה, המכונאי השכונתי, מספר על שכיחות גבוהה של תקלות הנו־בעות מטרנד פסי ההטרלה ומשפי־עות על הכיס של בעלי המכוניות הפרטיות ומציע לעשות במקומם "פסי הרעדה" המחורצים באספלט ויעילים בדיוק כמו המקפצות.

מעיריית תל אביב יפו נמסר בת־גובה: "פסי האטה מסוגים שונים הוכיחו לא פעם את יעילותם בהפ־חתת המהירות של כלי רכב שונים בקטע דרך נתון, בכל הפחיתו את הנפגעים בתאונות הדרכים השו־נות באותו קטע הדרך. שמירה על הבטיחות בדרכים ומניעת תאונות הינה בעלת חשיבות עליונה בעבור כל אדם, ונוכחותו של פס האטה יכולה ללא ספק להיות אחת הד־רכים היעילות ביותר להשגת מטרה זו. העירייה פועלת במספר דרכים להגברת הבטיחות בדרכים. כל דיווח שמגיע מהמשטרה נבדק לגופו לאורך מספר שנים ומש־מש לצורך לימוד ובניית תוכנית עבודה שנתית המשתנה בהתאם לניתוח האוכלוסיות הפוגעות והנ־פגעות ומוקדי התאונות. העירייה מייצרת פתרונות פרטניים בהלי־מה לסוג הבעיה באמצעות יצירת שיפורים ושינויים בתשתיות ובי־צוע אכיפה על פי צורך. זאת במ־קביל לפעילות טיפול ומניעה רבת שנים באמצעות חינוך, הסברה והדרכה לכלל הציבור".

כוכב העיר

70 גמלאים וגימלאיות, התחרו על המקום הראשון בתחרות הזמר לבני גיל הזהב | הזוכה המאושר: בוריס קומזנקו

אחרי הפסקה של שנתיים, השבוע חזרה לחיינו תחרות הזמר המקסימה – כוכב העיר.

מתוך 70 גמלאיות וגמלאי העיר שה־גישו מועמדות, 11 עלו לגמר והתחרו ביניהם על המקום הראשון, ורק אחד, בוריס קוזמנקו, קטף את המקום הרא־שון בביצוע שהימם את השופטים.

השנתיים האחרונות היו לא פשוטות, בלשון המעטה, לבני ובנות הזהב בעיר.

זו האוכלוסייה שהרגישה את הש־פעות הקורונה יותר מכולם. מעבר לסיכון הגדול שבמחלה עצמה, הבידוד החברתי והמשפחתי שנג־זר עליהם ועליהן הותיר רבים מהם בבית, בודדים.

לכן זה כל כך משמח להיות בערב שנותן תקווה שהחיים חוזרים למס־לולם.

ברכות לבוריס ולכל המתמודדות והמתמודדים, וזכרו – גם בגיל הש־לישי אפשר להגיע להישגים מרשי־מים. תחרות הזמר היא הוכחה חיה לכך.

קוזמנקו זוכה במקום הראשון ומקבל פרחים | צילום: האלבום הפרטי

מירוץ הלילה של נביעות | התגעגענו אז באנו | צילום: גלעד קוולרצ'יק

מישהו לרוץ איתו

למעלה מעשרים אלף הרצות והרצים הגיעו להעלות דופק במירוץ הלילה "נביעות", שהוא גם המירוץ הראשון שמתקיים מאז מגפת הקורונה | המירוץ התקיים ברחבי העיר תל אביב יפו

למעלה מ־20 אלף רצים ורצות הגיעו ליטול חלק במירוץ הלילה של נביעות. המירוץ שהפך למ־סורת בקרב תושבי העיר ומבקרים רבים מכל רחבי הארץ חזר במתכו־נתו האהובה לאחר שבשנה שעברה לא התקיים בשל הקורונה. המירוץ, ביוזמתה ובהפקתה של עיריית תל אביב–יפו ורשות הספורט בעירייה באמצעות חברת "כפיים", התקיים השנה לראשונה בחסות "נביעות" והוזנק ביום רביעי שעבר, העשירי בנובמבר.

המירוץ שאורכו כ–10 ק"מ, הת־קיים השנה בכפוף להנחיות משרד הבריאות והתו הירוק, וחולקו למ־ספר מקצים. ההרשמה למירוץ התמלאה ונסגרה ממש תוך ימים ספורים ולמירוץ הגיעו 20 אלף רצים ורצות.

במסלול המירוץ שולבו אלמנטים שונים של תאורה והוא עבר ברחו־בותיה הראשיים ובאתריה המרכ־זיים של העיר תל אביב, וביניהם: אבן גבירול, דרך נמיר, כיכר רבין, יהודה המכבי, פארק גני יהושע ועוד.

נקודת הזינוק של המירוץ מוקמה על גשר בר–יהודה, בפנייה לר־חוב אבן גבירול ושער הסיום מוקם בפארק גני יהושע. בסמוך לשער הסיום נערך הפנינג סיום הכולל מוסיקה, מתחמי VIP ודוכני מכי־רה של אופנה וספורט.

דברו אלינו בפרחים

לחובבי פרחי הבר: עיריית תל אביב יפו תעניק לחצרות שיעמדו בתנאים זימון לאיסוף ערכת זרעים של פרחי בר ופקעות שמתאימים לאקלים

אוהבים פרחי בר? יש לכם בבניין גינה מוארת עם המון שמש?

גם בסתיו הזה תושבי דרום מזרח העיר מקבלים הזדמנות נפלאה לקחת חלק בחיזוק הרשת האקולו־גית העירונית!

הבניינים המתאימים יקבלו לחצר הבניין ערכה לזריעת פרחי בר שינבטו כבר באביב הקרוב אצלכם מתחת לבית!

כל מה שצריך לעשות זה לוודא שהגינה שטופת שמש ולמלא את הפרטים בלינק: https://www.coing.co/Sviva_tlv/41269

החצרות שיעמדו בתנאים המ־תאימים יזומנו לאסוף ערכת זרעים של פרחי בר ופקעות המתאימים לאקלים ולעיר שלנו. עדיפות תינתן לחצרות הפונות לרחוב.

לפרטים נוספים ושאלות ניתן לפנות במייל: sagi_h@mail.tel-aviv.gov.il

פרחי בר בחצרות. חיזוק הרשת האקולוגית העירונית | צילום: האלבום הפרטי

חנוכה לוהט
עם
שלום אסייג

50₪ לכרטיס

מוצ"ש | 4.12 | 20:30
אודיטוריום נווה אליעזר

בברכת
רון חולדאי - ראש עיריית תל אביב - יפו
במעמד
גל שרעבי דמאיו - המשנה לראש עיריית תל אביב - יפו

רכישת כרטיסים: באיוונטר ובמזכירות המרכז 073-3844120

מרכז קהילתי נווה אליעזר

מנהל קהילה תרבות וספורט | דרום- מזרח

הירקניה הירוקה. מיזם שמשתלם לכולם | צילום: עיריית תל אביב יפו

פרויקט הירקנייה הירוקה של תל אביב-יפו

2.5 מיליון טון בשנה של מזון נזרקים לפח בישראל | זו הסיבה שקמו הירקניות הירוקות שמצמצמים את בזבוז המזון וגם משתלמים כלכלית

היקף אובדן המזון בישראל עומד על כ-2.5 מיליון טון בשנה. המזון היורד לטמיון נשלח להטמנה, מגביר פליטות גזי חממה, ותורם להתייקרות צריכת המזון במשקי הבית ולאובדן מזון. הירקניות הירוקות מציעות לתושבי ולתושבות העיר פתרונות המצמצמים את בזבוז המזון וגם משתלמים כלכלית. במקום להשליך עודפי ירקות ופירות, הירקניות הירוקות מציעות לכם ולכן שני פתרונות:

1. ארגז "קחו פרי" – פירות וירקות בחינם, הצלה לפני השלכה (ארגז חינם). 2. ארגז "פירות וירקות עם אופי" – פירות וירקות במחיר מוזל (ארגז מוזלים). בנוסף, במסגרת הקמפיין סיכמה עיריית תל אביב יפו על עוד מספר דברים עם הירקניות:

1. הירקניות הירוקות יעודדו את לקוחותיהן להשתמש בשקיות רב פעמיות. 2. הן ירכיבו חסכמים על הברזים. 3. הן ישליכו פסולת אורגנית לקומפוסטרים בהתאם לתנאי השטח.

רשימת הירקניות:

1. פירות ירקות כהן

כתובת: רחוב בית אל 12, שכונת נווה שרת. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 07:00-19:00, ימי ו' 07:00-14:30.
הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, מתן הנחה לבאים עם שקית רב פעמית ובנוסף – תורמת ירקות ופירות לקהילה.

2. שוק הדר יוסף

כתובת: רחוב שלום אש 2, שכונת הדר יוסף. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 07:30-20:00, יום ו' 06:30-16:00 (תלוי כניסת שבת). הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, תורמת ירקות ופירות לקהילה.

3. ישראל כהן ובניו

כתובת: רחוב הדר יוסף 16, שכונת הדר יוסף. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 07:00-20:00, יום ו' 07:00-16:00
הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, תורמת ירקות ופירות לקהילה ומשתמשת בחסכמים

4. עוזי בבלי

כתובת: רחוב הרב הרצוג 24, שכונת בבלי. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 07:00-19:00, יום ו' 07:00-16:00
הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, תורמת ירקות ופירות לקהילה.

5. פירות השדרה

כתובת: שדרות יהודית 27, שכונת מונטיפיורי. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 08:00-20:00, יום ו' 08:00-15:00
הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם ובנוסף – תורמת ירקות ופירות לקהילה. בפירות השדרה משתמשים גם בחסכמים.

6. נונע ובן

כתובת: רחוב הברזילאי 6, שכונת לבונטין. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 08:00-20:00, יום ו' 07:30-16:00.
הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, מתן הנחה לבאים עם שקית רב פעמית ותורמת ירקות ופירות לקהילה.

7. נגה מרקט

כתובת: שדרות ירושלים 3, מתחם נגה, יפו. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 08:00-22:00, יום ו' 07:00-15:15
הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, מתן הנחה לבאים עם שקית רב פעמית ובנוסף – תורמת ירקות ופירות לקהילה.

8. הבסטה של ציון

כתובת: רחוב התקווה 29, שוק התקווה. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 7:00-19:00, יום ו' 07:00 עד שעה לפני כניסת השבת. הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, מתן הנחה לבאים עם שקית רב פעמית ובנוסף – תורמת ירקות ופירות לקהילה.

9. הפינה הירוקה

כתובת: רחוב התקווה 35, שוק התקווה. שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 7:00-19:00, יום ו': 07:00 עד שעה לפני כניסת השבת. הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, מתן הנחה לבאים עם שקית רב פעמית ובנוסף – תורמת ירקות ופירות לקהילה.

10. הבסטה של קובי

כתובת: רחוב התקווה 6, שוק התקווה שעות הפתיחה: ימי א'-ה' 7:00-19:00, יום ו' 07:00 עד שעה לפני כניסת השבת. הירקנייה מציעה: ארגז מוזלים, ארגז חינם, מתן הנחה לבאים עם שקית רב פעמית ובנוסף – תורמת ירקות ופירות לקהילה.

דפיברילטורים ברחבי תל אביב-יפו

מכשירי ההחייאה שיכולים להציל חיים: ברחבי העיר מוצבים עשרות דפיברילטורים - במרחב הציבורי ובמקומות עירוניים | וגם: סיפורה של מעיין זוסמן, שבעלה, ד"ר אורן זוסמן נפטר מדום לב והיא מקדמת יחד עם מד"א להצבת עמדות החייאה חכמות במרחב הציבורי

דפיברילטור | צילום: עיריית תל אביב יפו

מוות פתאומי מדום לב מהווה את גורם התמותה מספר אחד בעולם. ההערכה הינה, שבישראל נפטרים מדום לב כ-8,000 אנשים בשנה (מעל 20 ליום). הפרעת הקצב הש־כיחה ביותר הגורמת לדום לב היא פרפור חדרים. כדי להפסיק את פרפור החדרים יש להשתמש בשוק חשמלי (דפיברילציה), אשר מחזי־רים את קצב הלב לנורמה.

דפיברילטור הוא מכשיר החייאה המחזיר קצב לב לפעולה סדירה על ידי מתן שוק חשמלי ללב, באמצעות שתי אלקטרודות שמצמידים לגוף החולה בסמיכות ללב. השוק החש־מלי משתק רגעית את פעולת הלב וכך, כאשר הלב חוזר לפעולה, הוא יכול לפעום בצורה סדירה – המכ־שיר מציל חיי אדם.

המכשיר יודע לזהות ולייעץ בקול למפעיל – האם ומתי לתת את השוק החשמלי. ללא החייאת לב-ריאות ודפיברילציה מוקדמים, סיכויי ההישרדות הינם כ-5%. שיעורי ההישרדות יורדים ב-7%-10 בכל דקת איחור בדפיברילציה.

תחילת החייאת לב-ריאות מוקד־מת ומתן דפיברילציה תוך שלוש דקות מעלים את סיכויי ההישרדות לכ-41%-74, ואילו תוך דקה – עד לכ-90%!

לכן חיוני להחזיק מכשיר החייאה בהישג יד, במשרד, בבית ובמרחב הציבורי.

תכונות הדפיברילטור ויתרונותיו הייחודיים של המכשיר:

– המכשיר פשוט לשימוש על ידי כל אדם (לא נדרשת הכשרה רפואית), בטיחותי וחצי אוטומטי.

– בזמן ההחייאה המכשיר מכתיב את קצב ההחייאה ומספק הוראות הפע־לה קוליות וחזותיות בעברית (ניתן בקלות לשנות את השפה).

– באישור משרד הבריאות, אמ"ר ומכון התקנים.

במקרה חירום, חייגו 101 למגן דוד אדום, וחובש המוקד ינחה אתכם כיצד להשתמש במכשיר.

סיפורה של משפחת זוסמן:

עד כמה קריטי ומציל חיים מכשיר הדפיברילטור ניתן ללמוד מסיפורו הטראגי של ד"ר אורן זוסמן. ד"ר זוסמן, תושב תל אביב, נפטר בגיל 37 מדום לב במהלך עבודתו כרופא במערך הקרדיולוגי בבית החולים בילינסון. אורן, רופא יוצא דופן, חוקר מצטיין ומוביל הקדיש את חייו הקצרים כל כך לטיפול מסור באחרים ופעל להגברת המודעות לחשיבותם של דפיברילטורים. את הזמן שנותר לו בילה אורן עם אשתו ועם ילדיו אלון (6), יובל (4) ואלה (1). לצד השקעתו הרבה במשפחתו ובעבודתו הקלינית כרופא מומחה ו-chief resident, אורן גם ניהל עבודה מחקרית ענפה וייצג את אר־גון 'מרשם' בבית החולים בילינסון. איגוד הקרדיולוגים תיאר את הק־ריירה של אורן כעטורה בפרסי הצ־טיינות, ומשתמשי הטוויטר שעקבו אחריו נחשפו לדילמות ולחוויות של אורן כרופא מקצועי קשוב למ־טופליו.

אלמנתו של אורן, מעיין זוסמן, פוע־לת להמשיך את דרכו של אורן כמ־ציל לבבות גם במותו. יחד עם מד"א, מקדמת מעיין פרויקט ארצי להצבת עמדות החייאה חכמות במרחב הצי־בורי הכוללות מכשירי דפיברילטור בארונות אלקטרוניים מותאמי חוץ הנשלטים מרחוק ומחוברים לרשת מד"א ומיקומם מזוהה במוקד 101.

למידע נוסף על הפרוייקט ותרומות:
https://bit.ly/3hOZIQ6

שכונות נווה אליעזר ומזרח כפר שלם בוחרות כיצד להשקיע

2,100,000₪

איך להצביע?

לסרוק את הברקוד
ולמלא את השאלון

לפרטים נוספים מרכז קהילתי נווה אליעזר

הנוער שלנו מלח הארץ

טיפול בקשישים ובתשושי נפש | עריכת טקסים בחגים | פעילויות יום־ יומיות ומשודרגות בחודשי הקיץ | ערב מיוחד בחמישי בדצמבר עם סיפורים מעוררי השראה של תושביה הותיקים של כפר שלם | ויעד מרכזי של פתיחת קורסים מקצועיים | תכירו את מנ"ש, מרכז נוער שכונתי שפועל בנווה אליעזר | מנהלת הצוות שלו, ליהי סעדו, מבטיחה: "אנחנו כאן למען כלל האנשים בשכונה"

מנ"ש־מרכז נוער שכונתי, שמקום מושבו הוא במתנ"ס נווה אלי־עזר, קיים כבר למעלה מ־11 שנים. מיקומו הוא במקלט של המרכז הקהילתי של נווה אליעזר והוא פתוח חמישה ימים בשבוע החל מארבע אחר הצהריים ועד עשר בלילה. מנ"ש, מיועד לבני נוער בכיתות י' עד י"ב.

פנינו השבוע לליהי סעדו, רכזת הנוער שביד רמה מנווטת את הפעי־לויות של מנ"ש. "אנחנו מקפי־דים על מפגשים ממוקדים לפני שכבות גיל" היא מסבירה. "יש לנו קבוצת כדו־רגל בנים וקבוצת כדורגל בנות והעשיה שלנו היא ענפה. אנ־חנו מתמקדים בעיקר במעורבות חברתית דרך ובאמצ־עות שיתוף פעולה עם בתי הספר, מבצעים פרויקטים עם קשישים ועם מרכז התעסוקה לתשושי נפש (מת"ש)".

יום יום חג

במסגרת הפעילות שלנו" מספרת סעדו, "אנחנו מקפידים לקיים טק־סים בכל חג, מציינים את יום הזי־כרון לחללי מערכות ישראל ואחד היעדים שהצבנו לעצמנו ונוכל להוציא אל הפועל בקרוב הוא פתי־חת קורסים מקצועיים שיכללו גלי־שת גלים, מחשוב, תכנות, סטיילינג לבני הנוער. אנחנו גם מקפידים לקיים פעם בחודש מסיבות נוער בימי חמישי לשכבות כיתות י'־י"ב. בחודשי הקיץ יש למעלה מחודש וחצי של פעילויות אם זה ביקור בסופרלנד, במימדיון, בימית 2000, בלונה פארק בבריכות ופעילויות של ספורט אתגרי. חלק מהצוות שלנו הם ש"ין־ש"ינים (נוער לפני שירות צבאי) וחיילים בפרק משימה וחינוך מהנח"ל".

סעדו היא מנהלת צוות זו השנה הר־ביעית. המנ"ש פרט לחשיבותו החי־נוכית ומתן מסגרת לחניכיו, משמש כרוח החיה לכל פעילות ושירות בשכונה והאזור. "אנחנו עובדים מול בתי הספר ושירותי הרווחה ונרת־מים לכל משימה ולכל שירות שאנ־חנו יכולים להעניק לתושבים ולבני הנוער", היא מסבירה.

סיפור מעורר השראה

אחד הדברים שהמדריכים והחניכים של מנ"ש גאים בו זה הטיפול המסור והעקבי בבני הגיל השלישי. "אנח־נו מקפידים לפחות אחת לחודש", מספרת סעדו "לתת לבני הגיל הש־לישי מגוון של פעילויות ולהישאר איתם בקשר צמוד. זה כולל אפיית עוגות משותפת או בחנוכה האח־רון למשל, חילקנו להם מעמדים לאייפונים וסופגניות וישבנו ללמד אותם כיצד להתחבר לשיחות זום ולתפעל את הטכנולוגיה הזו שבה הם יכולים לשמור על קשר עם

ליהי סעדו. "אנחנו עובדים בשיתוף פעולה עם שירותי הרווחה ובתי הספר" | צילומים: האלבום הפרטי

עם הלפ־טופ. מכינים ערב מרגש של סרטוני־ שיתקיים בחמישי בדצמבר

הקרובים אליהם ולהיות מעודכנים בפלאי הטכנולוגיה" מסבירה סעדו. יש לציין, כי הקשישים נרגשים מאד מהקשר צמוד עם חברי מנ"ש.

"בתקופת הקורונה למשל, כשהיינו מחויבים לסגרים אומרת סעדו, "קיימנו פעילויות בחוץ ונתנו מענה לנוער ולקשישים וזה לא עניין של מה בכך. אנחנו היחידים שעבדו ופעלו בתקופת הקורונה מבין שלל הפעילויות של המנהל הקהילתי שהופסקו מכורח הנסיבות. עבדנו בקפסולות והש־קענו לא פחות. זה נתן הרבה אוויר וזמן איכות גם לנוער גם לקשישים וגם לתושבים שראו איך אנחנו ממשיכים בתנאים לא קלים בע־שייה".

בחמישי בדצמבר, באודטריום של מרכז קהילתי נווה אליעזר, יהיה ערב מיוחד. מנ"ש פנו לכלל התו־שבים הותיקים של כפר שלם תחת הסלוגן 'הנס שלי' וביקשו מהם סי־פור מעורר השראה בו נוער מנ"ש יראיין אותם עליו. הריאיון ייע־רך לסרטון בן 15 דקת, והסרטו־נים הנבחרים יוקרנו בערב החגיגי באודטריום של המנהל הקהילתי (ברחוב ששת הימים 6).

רגע לפני שאנחנו מסיימים את הריאיון חשוב לסעדו להדגיש עניין אחרון בהחלט: "אנחנו, מנ"ש, כאן לכל דבר ועניין. אנחנו רוצים לשרת את תושבי כפר שלם, לתת מענה לכל מצוקה או בעיה ולשתף פעולה עם כל גורם מקצועי שיחד איתו אפשר יהיה להמשיך את הע־שייה והנתינה שלנו. אנחנו נשמח לשיתוף פעולה מכל גורם מוסדי או פרטי כדי להמשיך וליצור סביבה חברתית ואנושית שבה, אנחנו מש־משים בכלים שיש לנו ובמוטיבציה הגבוהה שלנו, כולנו תרומה משמ־עותית לכלל אנשי כפר שלם בכל הגילאים".

נוער מנ"ש בפעולה. טיפול מסור לאוכלוסיית הקשישים

אסא אבני. "אני מחליק על הסקייטבורד לפחות שעה וחצי ביום"

רק אני והסקייטבורד שלי

אסא אבני חולם יום אחד להגיע לאולימפיאדה עם הסקייטבורד | מגיע איתו לבית הספר ומשאיר אותו אצל השומר בבודקה עד לסיום יום הלימודים | והוא אפילו עיצב אותו במיוחד בעזרת גילוף וצבעים מיוחדים

מי אני?
"אסא אבני תלמיד כיתה ד'2 בבית הספר כפיר. גר ברחוב אלנקווה. יש לי שני אחים קטנים ממני, אלה בת 7 ואילון בן 3. למי שסקרן השם שלי הוא אסא הוא כמו השם של מלך יהודה בתנ"ך".

הספורט שלי?
"אני מחליק על סקייטבורד (גלגשת בעברית). אבא שלי קנה לי את הס־קייטבורד כשהייתי קטן. התחלתי להסתובב איתו החלקתי, נפלתי עד שבסוף למדתי בכוחות עצמי לעשות את זה כמו שצריך ומאז אני לא נפרד ממנו. אני מקפיד להחליק במקומות מוסדרים, נזהר מאד בכ־ביש ולא מסתובב ברחוב בלי אחד ההורים, אבא אור שוטר יס"מ ואמא שרון ראש צוות חקירות במשטרה".

ענף אולימפי:
"החלקה על סקייטבורד זה לא ענף אולימפי אבל הוא אמור להיות חלק מהאולימפיאדה בשנים הקרובות עם תחרות מדליות וכל מה שכרוך בזה כמו כל ענף אחר. החלום שלי הוא לא להיות מקצוען. להגיע הכי רחוק. אני אוהב ספורט וגם חלק מנבחרת הכדורעף של בית הספר אבל הס־קייטבורד במקום הראשון".

סיפור שאתם חייבים לקרוא עליו:
"אני מגיע לבית הספר עם הס־קייטבורד. כמו שמבוגרים מגיעים עם רכב או עם האופנוע לעבודה. אני מגיע, מחנה את הסייקטבורד בבודקה של השומר והוא משגיח עליו עד שאני מסיים את בית הספר. אני אוהב להחליק על הסקייטבורד בפארק דרום לפחות שעה וחצי ביום".

שיעור בעיצוב:
"בתקופת הקורונה אני ואבא שלי גילפנו את העץ של הסייקטבורד במשך שלושה ימים. ציירנו עליו ספיידרמנים ועברתי על הציור עם טושים מיוחדים ולכה. הייתי חייב גם לתת סימן היכר אז כתבתי את שם המשפחה שלי אבני באנגלית".

הסקייטבורד של אסא. עיצוב מיוחד

| צילומים: האלבום הפרטי

רוצים להשתתף במדור כתבו לנו: 98south.news@gmail.com

מוני אוסי. "רכישת דירה זה מהלך משנה חיים" | צילומים: האלבום הפרטי

אין כמו בבית

מוני אוסי וישי חייקין בעלי סוכנות התיווך "מח"ל נכסים" מסבירים מה חשוב לבדוק לפני שרוכשים דירה | דואגים ללוות את הלקוח עד שהוא מחזיק את המפתח של הנכס ביד | וגאים לדווח שהביקוש לדירות בשכונה, בזכות ההתפתחות שלה הפך להיות מרקיע שחקים והיד עוד נטויה

מוני אוסי וישי חייקין, היו סוכני תיווך בכירים בחברת רימ־קס. לפני 12 שנה יצאו יחד, כחברים אישיים וכשותפים עסקיים לדרך עצ־מאית והקימו את משרד התיווך מח"ל נכסים, ברחוב מח"ל 18 פינת אלנקווה. "משרד תיווך שלנו מתמחה במכי־רה והשכרת נכסים באזור כפר שלם, שכונת התקווה, יד אליהו ורמת שקמה ברמת גן. המטרה שלנו היא לעזור לא־נשים למצוא את הכנס המתאים להם" אומר אוסי. "זה אומר שמבחינת הת־קציב אפשר יהיה לעמוד בעלויות של הנכס מי שחשוב לו מקום עם פעילות ועם מרכז מסחרי ועם פעילויות לי־לדים יקבל את מבוקשו או להיפך, מי שחשוב לו שקט נענה לו על הציפיות. תאר לך למשל, שאתה רוצה אזור שקט ופתאום מתוכנן לקום לך כביש מתחת לבית, שמת את כספך על קרן הצבי".

מה חשוב לדעת לפני שרוכשים דירה?

"רכישת דירה זה מהלך משנה חיים. אנחנו עושים הכל כדי למצוא ללקוחות נכס בשקיפות ועל פי היכולת התק־ציבית. אנחנו גם מקפידים לסייע בכל התהליך של עניין המשכנתא, עורכי דין, טפסים וכל מה שצריך עד שהל־קוח מחזיק ביד את המפתח של הנכס. חשוב מאד לזכור לבצע סקר שוק על האזור שבו אתה מתכנן לרכוש נכס. לבדוק תוכניות של פינוי בינוי, סלילת כבישים, הקמת בית ספר גני ילדים ומ־רכז מסחרי. אתה צריך לדעת לאן אתה מגיע ומה צופן לך העתיד הנראה לעין. אנחנו אנשי מקצוע ואנחנו נכוון אותך נחסוך לך כסף ולא פחות חשוב עוגמת נפש. תראה, אם אתה נכנס לאתר אינ־טרנט ומוצא 50 דירות שמתאימות לך אתה לא תלך לראות כולם כי זה לא היגיוני. אני אוהב לומר שאם אתה בודק חמישים ריחות בשמים, אחרי השלישי אתה כבר מתבלבל בריחות ולא יודע מה מצא חן בעיניך ומה מתאים לך".

בשנים הרבות שאתם עוסקים בתיווך בכפר שלם, ספר בבקשה על התמורות שחלו בכפר מבחינת הנדל"ן?

"התמורות שחלו כאן הן אדירות. בעבר השכונה היתה רק לתושבים הותיקים ולדור הממשיך בלי כמעט כניסה מב־חוץ. היום מגיעים לפה מכל חלקי הארץ כולל תל אביבים שחשוב להם להישאר בעיר וגילו את היופי ואת האיכות של האזור הזה. יש כאן ונוספים לכאן חומר אנושי ברמה גבוהה כשהסטיגמות הלא מחמיאות הם כבר לא רלוונטיות. כפר שלם היא שכונה טובה, מתפתחת, יש כאן מערכת חינוך ענפה עם גני ילדים, בתי ספר, שתי מכללות וזה מקום נהדר לגדל בו ילדים. תוסיף את העובדה שהרכבת הקלה תפתח ותשדרג את האזור ללא הכר וקיבלת מקום שהוא מבוקש אטרקטיבי ועונה על כל הצר־כים של משפחה".

בשגם מחירי הדירות אני מניח בה־תאם.

"הזינוק במחירים הוא אדיר וזה רק ממשיך לעלות. אם לפני שש שנים מכ־רנו דירה בנווה אליעזר בסכומים שנעו בין 800 אלף שקל למיליון שקל היום דירה זהה באזור היא בטווח של מחירים סביב ה־1.6 מיליוני שקלים והיד עוד נטויה כי האזור מתפתח והביקושים רק עולים".

מח"ל נכסים
רחוב מח"ל 18
טלפון: 074-7010299

רוצים להשתתף במדור כתבו לנו: 98south.news@gmail.com

אלינור ניר והחמישייה שלהם | צילום: האלבום הפרטי

אלינור וניר טוב פלוס חמשת ילדיהם, מגיעים לארוחות שישי לסירוגין פעם אצל ההורים שלו ופעם אצל ההורים שלה| |"כמו בתוכנית סברי מרנן רק שאנחנו נהנים אצל שתי המשפחות", הם מסבירים | השבת שלהם מוקדשת לטיולים, מוזיאונים | וכילידי השכונה הם לא מחליפים את כפר שלם כי: "פה גדלנו וזה המקום הטבעי שלנו"

יהיה טוב

מי אנחנו?
משפחת טוב. אלינור (36) עובדת בעיריית תל אביב וכרגע בחופשת לידה. ניר (42) עובד בתעשייה האווירית. כפיר (בן 9), עופרי (בת 7), רומי (בת 5), אופק (בן שנתיים ושמונה חודשים) ושוהם (בת חמישה חודשים).

איך הכל התחיל?
אלינור היא החברה הכי טובה של אחותו של ניר. אחרי ששתיהן היו ביחד בטיול בדרום אמריקה אלינור חזרה ארצה והחברה המשיכה לארצות הברית. רצה הגורל, ולכבוד יום ההולדת של אחותו של ניר, אלינור יצרה קשר עם המשפחה ועם ניר. הם התחילו לצאת. ככה נולדה משפחה בת חמש נפשות בלב ליבה של כפר שלם.

איך נראה סוף השבוע שלנו?
ניר ואלינור: "ביום שישי בבוקר, אחרי שהילדים מתפזרים במסגרות, ניר יוצא מהבית ברחוב נ"ז לקניות בשוק התקווה. כשהוא חוזר, עושים את ההכנות לשבת כולל מענה לכל ילד וילדה. בערב יושבים לאכול פעם אצל המשפחה של אלינור שגרה אליהם צמוד ברחוב סרלין ופעם אצל המשפחה של ניר. אלינור: "כמו בתוכנית 'סברי מרנן', רק שאנחנו נהנים אצל שתי המשפחות".

שבת בבוקר יום יפה:
"מקפידים להיות ביחד כל המשפחה. מחפשים טיולים, מוזיאונים, יושבים בחצר ביחד כמה שפחות מסכים. גם אם נשארים בבית באופן נדיר, מזמינים סרט שכולם מגלים בו עניין או משחקים משחקי קופסה. אוהבים מאד לטייל בפארקים אם זה פארק דרום או הפארק הלאומי ברמת גן. באחד השבועות האחרונים היינו במוזיאון האדם והחי ברמת גן. אוהבים גם מסלולי חידות לילדים".

כפר שלם בשבילנו:
"זה הבית. נוף ילדות שבו גדלנו ובו אנחנו שמחים להיות כי הכל מוכר וטוב וקרוב. המשפחה שלנו שם ואנחנו אוהבים ומחוברים לאיזור. היתה לנו אפיזודה של שנתיים בנווה צדק אבל מהר מאד הבנו שכפר שלם זה המקום בשבילנו כי פה גדלנו וזה המקום הטבעי בשבילנו".

רוצים להשתתף במדור כתבו לנו: 98south.news@gmail.com

קבר רחל. לבכות, להתפלל, להתנקות | צילום: שלומי כהן

וישלח // רבקה כהן
בית חב"ד, כפר שלם

רחל אמנו נושאת אלפי שנות בדידות כדי לתמוך בבניה בשעת מצוקה עתידית | מונחת פה תמצית ההורות, שרלוונטית גם לתושבי שכונתנו ב2021

הורות ללא תמורה

"את הנשמה נתתי לילד הזה" בכתה לי השבוע מירית, בשיחת ייעוץ והכוונה שבית חב"ד בשכונה מעניק לתושבי האיזור וזה נכון! אמא משקי־ענית לדוגמא, בכל קנה שתמדדו.

"ומה הוא נותן לי בתמורה?" כך מירית: "טלפונים זועמים מבית הספר, השבוע המורה שלחה לי סרטון 30 שניות, שתיעדה אותו משתולל ו זה כל כך פגע בי..!"

אחרי שהזדהיתי איתה על החץ בבטן הרכה שספגה, בטן של כל הורה שנו־תן, שרק רוצה לראות את בנו גדל ומתפתח טוב ואחרי שקיבלה הכוונה מעודדת לעתיד, והסתיימה שיחת הייעוץ, נזכרתי שסיטואציה זהה מתוארת בפרשת השבוע שלנו: פרשת וישלח. מירית, את איתנו? קבלי:

בפרשת השבוע, מסופר על פטירת וק־בורת רחל אמנו בבית לחם. זה תמוה כי כל האבות והאמהות נקברו במערת המכפלה. יחדיו, בצוותא.

מדוע ביקשה רחל שיקברו אותה על אם הדרך, בבית לחם, ובגלל זה היא נשארה אלפי שנים? באמת, למה?! רחל היא סמל לאם מסורה. כזו שנותנת לי־לדיה הכל, אבל באמת הכל!

היא ידעה שבעוד שנים רבות תע־בור באיזור שיירה ארוכה של יהודים מצאצאיה, שיהיו חוטאים, ירדו מארץ הקודש לגולה, ומצבם רוחני והגופני יהיה גרוע.

בדיוק בגלל זה ביקשה אמא רחל להיקבר שם, כדי שכשהבנים החו־טאים יעברו, הם יוכלו להתעכב ליד קיברה לבכות, להתפלל, להתנקות והיא תתפלל עבורם אצל ה' ותעזור להם.

התסריט הזה באמת התרחש אחרי שנים. ובגלל תפילת רחל על בניה החוטאים, הבטיח אלוקים לרחל: "ושבו בנים לגבולם" הם יחזרו לארצם, בש־מחה. בזכותך.

את קולטת, מירית?? אמא רחל נושאת אלפי שנות בדידות כדי לתמוך בבניה בשעת מצוקה עתידית.

אז נכון, זה נדיר וזה הירואי אבל באיזשהו מקום מונחת פה תמצית ההורות, רלוונטית גם לתושבי שכו־נתנו ב–2021.

הורה שמסייע לצאצאיו, גם כשהם מתנהגים לא טוב אלוקים מרוצה ממנו ומבטיח: "מנעי קולך מבכי... יש שכר לפעולתך... ושבו בנים לגבולם"

אין מה לעשות. לפעמים זו גם חלק מהדרך. את האמת? הרבה "לפעמים".

זה פשוט חלק בלתי נפרד מפרויקט ההורות שאימצנו אל חיקנו באהבה, ואנחנו עוד נראה אותם פורחים, עולים ומתפתחים: "יש שכר לפעו־לתך".

רוצים גם שיחת ייעוץ מבית חב"ד?
מוזמנים תמיד באהבה.
אנחנו פה בשבילכם!
וואטס־אפ לתיאום: 0547790160

זמני השבת: כניסת השבת: 16:19 | יציאת השבת: 17:11

החיים שלנו קובה

פולה אליאס, החליטה בזמן הקורונה להפוך את האהבה למטבח לעסק | אז היא הקימה את 'הקובות של פולה' והלקוחות שלה נהנים מכל ביס | ויש לה גם קשר עקיף לגיא פינס, שגם הוא נהנה מהמטעמים שלה

מי אני?

פולה אליאס, בת 70. תושבת יד אליהו.

כדאי שתדעו ש:

"אני אם לארבעה וסבתא לשבעה נכדים. אני ובעלי אוהבים מאד את המטבח. היה לי ולבעלי דוד מסעדת פועלים שנסגרה בגלל שלא היה לנו רישיון ולא השתלם לנו בשלב מסוים לה־חזיק את זה. אני עסקתי גם בשמלות ערב ואף פעם לא חשבתי למכור אוכל. כל העולם בערך אמר לי: 'אנשים לא יודעים מה הם מפסידים, תתחילי למכור קובות'. בתקופת הקורונה הח־לטתי להרים את הכפפה וככה נולד 'הקובות של פולה'. התגובות הן נהדרות. זה מאד משמח לראות אנשים נהנים מהאוכל שלי".

סיפור לנכדים:

"אני ובעלי הכרנו בילדות ברמת ישראל. הייתי בת 19 והוא בן 22. היה לנו מועדון ברמת ישראל ושם היינו נפגשים שם כל אחר הצהריים. היתה לנו חבורה ואני והוא בני זוג. אנחנו עדיין בקשר עם החבר'ה מהתקופה ההיא".

למה קובה?

"זה טעם שכל אחד אוהב. יש לו את המיוחדות ואת הקסם שלו. אנשים יכולים לסיים שקית שלמה עם 20 כדורים והם ירצו עוד. מילה של פולה: נסו את הקובה עם טחינה עם עמבה ותו־ספת של סלט קטן בצד. זה לא פחות מארוחת גורמה פשוטה יחסית להכנה".

שיעור בגיאוגרפיה?

"נולדתי בסוריה, גדלתי ברמת ישראל. אני כבר יותר מ־40 שנה ביד אליהו אוהבת את האזור את האנשים את הסביבה. זה לא רק עניין של הרגל אלא חלק ממני. ברמה הספורטיבית אנחנו משפחה מחולקת. בעלי אוהד בני יהודה הנכדים אוהדי מכבי תל אביב".

רציתי שתדעו ש:

"הבן שלי הוא העורך של התוכנית של גיא פינס. אני שולחת להם אוכל לעבודה מדי פעם בעיקר בימי הולדת ואירועים. בין האייטמים של גיא על המפורסמים אני יודע שהוא נהנה מהאוכל שלי".

**** הקובות של פולה להזמנות: 054־3333500**

מוטו לחיים:
"הסובלנות מנצחת כל בעיה ופותרת הכל"

מרק קובה דלעת: ל- 20 קובות סולת

רכיבים:

4 שיני שום
5 עלי סלרי (עם הגבעול קלוף)
חופן של עלי נענע (10-15 עלים טריים)
250-300 גרם דלעת

תבלינים:

כפית שטוחה של פלפל שחור
כפית שטוחה של מלח
כפית שטוחה של סוכר
כפית כורכום
לימון טרי שלם סחוט
מים רותחים בגובה חצי סיר
2 כפות שמן קנולה
(שימו לב לא שמן זית)
2 כפות גדושות של רסק עגבניות

אופן ההכנה:

מטגנים עם 2 כפות שמן את השום ומוסיפים עליו את הנענע והסלרי, מערבבים יחד כדי לספוג את הטעמים.
מוסיפים מים רותחים בגובה חצי סיר, נותנים לזה לבעבע ומוסיפים את התבלינים (כפית מלח, כפית פלפל, כפית סוכר וכפית כורכום).
חותכים דלעת לקוביות של 2-3 סנטימטר וזורקים לסיר המים הרותחים.
מוסיפים את רסק העגבניות ונותנים לזה להתבשל עם הרסק והדלעת. מוסיפים את הקובות (לא חייבים להפשיר) לסיר הרותח.

הערה: להרים את הקובות מתחתית הסיר מדי פעם כדי שיצופו. ברגע שהם צפים הסיר מוכן

**לאוהבי במיה: ניתן בזמן טיגון השום להוסיף חופן במיה קפואה עד לכדי הזהבה

רוצים להשתתף במדור כתבו לנו:
98south.news@gmail.com

פולה אליאס. "זה מאד משמח לראות אנשים נהנים מהאוכל שלי"

מדור פנאי נוסף בשער האחורי

סודוקו

קל

	6						9	
4			6					2
9	7		3	8				4
		4		1		9	2	
			9		5			
1	2	9		4		3		
6				9	8			5
5				3	2			1
2	3						4	

אלכסון

		1		2	4	5		3
9			1			8		7
							9	
	2			9	5			
							5	
			8	1				
	4							
1		2			7			5
6		5	2	3		4		

בינוני

	6		4		3	8		
	1	9					7	2
5							1	
2				9				3
			8		5			
6	9			7				5
	5							4
3	2		5			7	6	
		7	2		6		9	

קשה

	2				5	9		
1		6	9				8	
	8							4
	5		2			6		1
						7		
6		7			9		5	
3							1	
	7				3	5	9	6
		8	6				2	

וולאל יגיע

יש למלא את המשבצות הריקות בספרות מ-1 עד 9.
סכום הספרות בכל שורה צריך להיות שווה למספר שרשום מעל לקו האלכסוני, וסכום הספרות בכל טור צריך להיות שווה למספר מתחת לקו האלכסוני. בכל תרגיל אין לחזור פעמיים על אותה ספרה.

יישומון
דיגיתל
של עיריית תל־אביב-יפו

הירשמו לשירות דיגיתל באתר העירייה
והורידו את היישומון החדש בטלפון הנייד.

קבלו הרבה יותר **אירועים!** הרבה יותר **הטבות!** הרבה יותר **מידע!**
והכול בהתאמה אישית אליך!

Touch

Touch

הטבות במסעדות ובברים, כולל מנות ב-10 ₪ ועוד
הורידו עכשיו את היישומון (האפליקציה)

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

***בעלי עסקים מקומיים בשכונה שרוצים להצטרף למתן הטבות והנחות לתושבות/ים העיר דרך מועדון 'דיגיתל' של עיריית תל אביב-יפו, מוזמנים לשלוח פרטים לדוא"ל: Digitelevent@gmail.com

סוד המזלות

תחזית שבועית כללית לילידי כל המזלות

צילה שיר-אל
אסטרולוגיה וייעוץ משפחתי

טלה

מבחינה אישית אתם נמצאים בתקופה שבה הכוכב שלכם הידוע בשמו מארס , נמצא במקום המוכר לכם מבחינה כלכלית, כיוון שלעיתים קרובות מדי אתם מרחמים על אחרים ואחר כך אתם מצטערים כיוון שהדבר עולה לכם מבחינה כספית כיוון שטוב לי־בכם לא עומד מול כאבם של האחרים ואתם תמיד מוכנים לתת ולעזור ואחר כך אתם מתחרטים כשאתם רואים שאתם לא מתוגמלים בחזרה.

תאומים

אתם נמצאים בתקופה שבה אתם לו־קחים כל דבר בחייכם ברצינות יתרה ובעיקר בנושאי יחסים בעבודה. כיוון שכך, אתם מושפעים גם בריאותית ונמצאם בתקופה שבה אתם משקיעים המון אנרגיה בניסיון לפתור בעיות גם בכל הנוגע לעבודה . הלחץ אותו אתם חווים עלול להיות חזק מדי ואתם יכולים למצוא את עצמכם נטולי אנ־רגיה. השקיעו בעבודה, אבל במקביל שמרו על פרופורציה.

אריה

השמש בשמיים נכנסה למקום המ־קושר עם האנשים במעגל הראשון שלכם ולכן אתם בלבטים כיצד לדאוג ולעזור להם, כיוון שאתם יודעים שהם תלויים בכם ותקופה חדשה עולה על הפרק. עיסוק זה עם המעגל הראשון יוצר אצלכם קונפליקטים שאינכם יודעים כיצד לפתור אותם. למעשה, אף אחד חוץ מכם לא יכול לפתור את בעיותיכם ואתם תאלצו להקשיב לאני הפנימי שלכם בפתרון הבעיות .

שור

אתם חשים עמוקות בביקור הכוכב המאתגר והמוכר בשמו סטורן בבית הקריירה שלכם וכמובן שעובדה זו משפיעה גם על העבודה שלכם שע־כשיו מופעלת בצורה מאוד משמעו־תית. למעשה, זוהי עובדה משמחת כיוון שנראה שאתם יכולים לבנות לעצמכם תשתית טובה של יחסים בין אישיים וזוהי עובדה מצוינת מאחר ואתם רוצים לשפר את היחסים בע־בודה כבסיס לכל התקדמות.

סרטן

במהלך החודש הקרוב תהיו עסוקים בכל הקשור להתנהלות נכונה עם היקרים לכם ביותר ויהיה חושב לכם לוודא כיצד הם חיים , מתנהלים ומת־פקדים ביום יום. נראה שאנשים קרו־בים יהיו זקוקים לכם אך לא בהכרח יהיה לכם את הזמן והפנאי להשקיע כפי שמצופה מכם. האחריות שלכם כלפי המשפחה שלכם הינה כל כך גדולה, עד שאתם שוכחים שלמעשה, אתם קודמים לאחרים.

בתולה

הכוכב וונוס שאחראי על כספים הגיע לבקר בבית המקושר עם היכולת שלכם לעשות כסף, אך בדרך יציר־תית. יש לכם פוטנציאל של הצלחה ועשייה טובה ונכונה בתוכניותיכם, תוך תכנון העבודה בצורה יצירתית וקפדנית בנושאים בהם תרצו לבטא את עצמכם. עדיף לשתף עוד אנשים שקרובים לכם בעשייה וביצירה וככה תיצרו תחושת יחד עם הקרובים לכם ועובדה זו תעמוד תמיד לזכותכם.

נושאי המשפחה יהיו מאוד משמעותיים השבוע כיוון שנראה שלאחרונה פרקתם את מה שאתם מרגישים כלפי האחרים במשפחה ועכשיו אתם צריכים לראות כיצד זה התקבל.

מאזניים

כוכבים רבים ומשמעותיים נמצאים אצלכם בבית הכספים, כך שנראה שנושא זה מטריד אתכם במיוחד ועכשיו זה הזמן לעסוק בו בדרך עניינית, על ידי שיתוף גורמי מקצוע שיעזרו לכם להחליט. נראה שבני המשפחה שלכם מצפים מכם להכרת תודה בדרך של מתנות וחיזוקים שיגרמו להם להרגיש אהובים, בגלל העובדה שכוכב וונוס , הכוכב שלכם משפיע על בית המשפחה שלכם לטובה ביחסים אישיים.

קשת

כוכבים בבית תת המודע שלכם מעירים על כך שזהו זמן מצוין להקשיב לאני הפנימי שלכם בכל סיטואציה שבה אתם נתקלים במאבקים פנימיים ואינכם יודעים מה להחליט. מבחינה כלכלית אתם נמצאים בפתחה של תקופה חדשה גם עם כל הסביבה שאתם חיים בה, כך שתוכלו לקדם את עצמכם ברמה שבה תוכלו להיות מרוצים. חוסר הביטחון שאפף אתכם לאחרונה יפוג ותוכלו לחוות חוויות חדשות.

דלי

אתם נמצאים בתקופה שבה יש לכם יכולת לדחוף את עצמכם מבחינה מקצועית אל המקומות החשובים אליהם אתם מנסים להגיע. אתם בולטים יותר בתחומכם ונראה שהגיע זמנכם להילחם על המקום שלכם כדי להוכיח לכולם שאכן אתם מוצלחים ומצליחים. מבחינת יחסי האנוש זה הזמן לקדם את עצמכם בתחומים החשובים לכם, אך עדיין עדיף לכם בשלב הזה, להסתיר את המניעים שלכם.

עקרב

תקופת יום ההולדת עוברת עליכם עם הרבה אינטנסיביות כיוון שעוברים עליכם ימים טובים של עשייה ויכולת ביטוי עצמי שעוזרים לכם במימוש תוכניות. ימים אלה יהיו ימים מצוינים לחזק את הביטחון העצמי שלכם ולגרום לכך שאתם מקבלים אנרגיה פנימית על מנת להתחיל סגנון חיים חדש שעד היום די פחדתם ממנו והנה התחושה שעוזרים לכם להתחיל בצורה קלה וזורמת.

גדי

השינויים הרבים אותם חוויתם לאחרונה גורמים לכם לרצות לצאת כמה שיותר ולהכיר אנשים חדשים ומעניינים. אתם זקוקים לקהל יעד חדש כדי שתוכלו לגבש לעצמכם מקום מעניין ואטרקטיבי עם אנשים שמתאימים לתפיסת עולמכם וסגנון חייכם החדש. למדו להקשיב לתת המודע שלכם, כיוון שמשם אתם יכולים לקבל את התשובות הנכונות על מנת שתוכלו להצליח בהמשך דרככם.

דגים

בתקופה זו עדיף לכם ללכת כמה שיותר אל מקומות שונים ולנסות להכיר אנשים חדשים שיעזרו לכם להתברג יותר טוב בחברה אליה אתם שואפים להגיע. יש בכם ביישנות טבעית, אך נראה שהפעם אתם יכולים להרשות לעצמכם לפרוק מעט מהמעמסה שרובצת עליכם ולהיות יותר רכים עם עצמכם. יש בכם נועם פנימי שעוזר לאנשים להתקרב ולרצות להיות במחיצתכם.

● מומלץ לקרוא ביחד עם מזל האופק | ● התחזית הינה כללית לילידי כל המזלות | ● לתחזית אישית מומלץ לעשות מפה אסטרולוגית.

מדור פנאי נוסף בעמוד 20

תשחץ

שחקנית וקומיקאית בארץ (2,4)	סופרת ישראלית	טניסאי עבר אמריקאי	זהב מובחר		זמרת ישראלית	כינוי לבגדי עבודה צבאיים (ר"ת)		מאיר לסירוגין	
						בנוסף, אף / סהרון			
בהמת משא			מארבעת המינים	מארג במלאכת יד					
מספרי אמיל זולא				גדול ומקיף				משחה רפואית	מגיבורי דוד
פרח ריחני / מאופק, מבליג				אות אנגלית / ישן			סולק, פוטר		
					גילה דבר בלתי ידוע		במועד / נס על נפשו		
			מבנה לשמירת סחורות					מילת שאלה	
				כדורגלן ומאמן עבר ישראלי				אתר נופש בצרפת	מין מתכת חזקה
				סופר ומחזאי בריטי				מסמרת	
שזהותו בלתי ידועה	תשליל	נוזל בגוף			אריח בתחתית הקיר / היטל	יכול להיות		ג'וק	יבשה מוקפת מים / בעל חיים קוצני
							מכשיר רדיו או טלוויזיה / בא לעולם		
סירת מפרשים קלה		בירה באירופה / כוח והתלהבות							משקל נקי
					אגרסיבי / חבר ממשלה				
חושש				מוח				סמכות לבטל החלטה	
ירק מאכל				מטבע בדרום אפריקה				עמידה צבאית	

עריכה: יוסי אבו, יוסי בן שמעון