



תל תל  
אביב יפו  
יפו 1948



# חדשות השכונה

## מקוואן עירוני

עוגיות  
מגולגלות עם  
ריבה ותמרים  
לשבת  
עמ' 22

שכונות יד אליהו, כפר שלם, התקווה, עזרא, הארגזים והסביבה | גיליון 83 | תשפ"ד, ינואר 2024



# "באנו לבנות עם ההורים מערכת יחסים"



נועה דנון

נועה דנון, מנהלת קשרי הורים וקהילות בעיריית תל אביב-יפו, מסבירה כל מה שצריך לדעת על הרישום לגנים ולבתי הספר: "המטרה היא להנגיש מידע ולשקף את המציאות בשקיפות ובכנות" • בנוסף, מומלץ לכם להיכנס לאתר העירייה או לדף הפייסבוק "חינוך בתל אביב-יפו" • עמ' 4



83

פעילויות ומפגשים  
למשפחות המגויסים ולבני  
ובנות הזוג | הטבות למשפחות  
משרתי המילואים | הרצאות |  
פעילויות | שירותים | ועוד | העיר תל  
אביב-יפו מתגייסת למען לובשי המדים  
והקרובים אליהם | עמ' 10



## תכף נשוב

תיאטרון הבימה עובר זמנית  
לדולה בשכונת התקווה לצורך  
שיפוצים | עמ' 9



**יהיה טוב  
בבית הספר השכונתי**



# רישום לכיתה א'

לשנת הלימודים הבאה  
**18 - 31 בינואר 2024**



תמונת השבוע



עגלה וחמור בשכונת סלמה, שנת 1972.  
 שכונת סלמה היא למעשה שכונת כפר שלם של היום.  
 במקום בו ניצבת השכונה התקיים עד לשנת 1948 חלק  
 מהכפר הערבי סלמה.  
 | צילום: וילי פולנדר, באדיבות הארכיון העירוני של עיריית תל  
 אביב-יפו

תוכן העניינים

חדשות השכונה	<b>15-3</b>
הזמר משכונת עזרא	<b>17-16</b>
ספורט בשכונה	<b>19-18</b>
משפחה בשכונה	<b>20</b>
מתכון לשבת	<b>23-22</b>
פרשת השבוע	<b>24-25</b>
תשחצים/דקל בנו	<b>29-27</b>
אסטרוולוגיה	<b>31-30</b>

כניסת השבת: 16:33 | יציאת השבת: 17:36

“חדשות השכונה” יוצא לאור מטעם עיריית  
 תל אביב-יפו, מינהל תקשורת, מינהל  
 קהילה ותרבות וספורט, אגף קהילה דרום  
 וקבוצת תושבים המלווה את המקומן.

בשער: נועה דנון נועה דנון, מנהלת קשרי הורים וקהילות בעיריית תל  
 אביב-יפו | צילום: עיריית תל אביב יפו

בעלי עסקים שרוצים לפרסם במקומן מוזמנים לשלוח פנייה מסודרת למייל [98south.news@gmail.com](mailto:98south.news@gmail.com)



# "באנו להקשיב להורים"



נועה דנון - מנהלת קשרי הורים וקהילות בעיריית תל אביב-יפו

נועה דנון, מנהלת קשרי הורים וקהילות בעיריית תל אביב-יפו, מסבירה כל מה שצריך לדעת על הרישום לגנים ולבתי הספר: "המטרה היא להנגיש מידע ולשקף את המציאות בשקיפות ובכנות" | בנוסף, מומלץ לכם להיכנס לאתר העירייה או לדף הפייסבוק "חינוך בתל אביב-יפו"

יותר, דנון גם מכירה מצוין את כל הדילמות של כל הורה כך שהעבודה שלה הופכת בזכות זה ליותר מקצועית ומדויקת.

## "פתיחות וכנות"

שלום נועה. קודם כל - איך קרה שהצית את הקווים?

"אני לא מרגישה שהציתי את הקווים, אלא שתמיד הייתי בטוחה. לפני הכול אני אמה לבת ושלושה בנים במערכת החינוך העירונית, אמה מיוחדת וחברה בהנהגות בתי הספר של ילדיי ובצוות החינוך של מנהיגות הורים מיוחדים תל אביב-יפו.

"באתי להקשיב להורים ולנציגים שלהם מובילי הנהגות ההורים בעיר. להקשיב לצרכים, לאתגרים ולבקשות ולתת לקולות חשובים אלו ביטוי ומענה. באתי לשתף ולהנגיש מידע ולשקף את

וקהילות בעיריית תל אביב-יפו. חשוב לציין, שדנון, כפי שהיא מגדירה את עצמה אמה לארבעה ילדים בגילאים שונים, כך שהיא מכירה מצוין את מנעד הדילמות בכל גיל ושל כל ילדה. חשוב

## איך אפשר לבחור גן?

מה זה אשכול? מתי הכי כדאי להירשם? מתי יתנו לנו לבחור חברים לכיתה? ישבנו לשיחה על הרישום עם נועה דנון - מנהלת קשרי הורים



בי"ס עופרה חזה





בי"ס תל חי



"כל גן משויך לשכונה, כך גם בתי הספר. המטרה היא חינוך שכונתי מצוין ונגיש - קרוב לבית".

אז מה צריך לארגן לפני?  
"רק לוודא שכתובת המגורים שלכם מעודכנת ותואמת את האר"נונה".

למה בעצם נרשמים?  
"בגנים אנחנו בוחרים את מבנה הגן. בכיתות א' - את בית הספר. השיבוץ לבתי הספר ולגנים מתק"בל בתחילת הקיץ".  
זהו? זה כל מה שצריך לדעת?  
"תלוי איזה הורים אתם. בגדול - כן".

ואם אתם כאלה שאוהבים לקרוא המון ורוצים לדעת כל פיסת מידע - כל המידע נמצא באתר העירייה, או בעמוד הפייסבוק שלנו - "חינוך בתל אביב-יפו".

המציאות בפתיחות וכנות, גם אם תהיה מורכבת, במטרה לבנות עם קהילות ההורים בעיר מערכת יח"סים אחרת וחדשה. באתי לשבש".

### "יש לנו אופק"

אז מה צריך לדעת על הרישום?  
"על כולנו עוברים ימים נוראיים - והמטרה שלנו היא לזכור ולהזכיר שיש לנו אופק. יש מחר. ושיהיה טוב. בבוקר הרישום תקבלו הודעה עם לינק שמוביל לאתר העירייה. הרישום יפתח קודם כל לגנים, ב-11 לינואר. ב-18 בינואר יצטרף גם כיתות א' - והרישום כולו יישאר פתוח עד ה-31 בחודש".

עדיף להירשם מוקדם?  
"ממש ממש אבל ממש ממש לא. זה לא כל הקודם זוכה; כל עוד נרשמ"תם בתוך תקופת הרישום, אין שום משמעות לסדר ההרשמה".  
איך יודעים לאן להירשם?





# מרכז מבקרים סביבתי חדש יוקם בפארק החוף

טיילת פארק החוף כבר הספיקה להפוך לאחד המוקדים המרהיבים והרומנטיים ביותר בעיר | הצעת משרד פלסנר אדריכלים נבחרה לאחרונה בתחרות לתכנון מרכז המבקרים החדש והמרהיב שימוקם בפארק החופי

חדש ופעילות מאירך, בניין שיהיה חי ותוסס, חלק אינטגרלי מפעילות הפארק החדש בכל שעות היממה.

## משתלב בסביבה

המבנה עצמו ממוקם באופן לינארי לאורך הטיילת, וצומח ממנה, במטרה להשתלב בתוך הסביבה ולשמור על הנוף הטבעי של האזור הייחודי. הקו ויום הטופוגרפיים של רכס הכורכר שסביבו מתרוממים ומייצרים מבנה הנראה כמו המשך של רכס הכורכר. ההתרוממות מייצרת מבנה מדורג עם גג פעיל המנצל את הפרשי הטורפוגרפיה הקיימים.

המבנה ייבנה על פי עקרונות הבנייה הירוקה על כל מרכיביה - מיקומו בשטח של בסיס צבאי, מאפשר להחזיר את השטח המופר למצבו הטבעי, הכולל צמחייה חופית, ואף לשמור על המצוק. כמו כן ייעשה שימוש בחומרים מקומיים לחזיתות, שילוב מערכות ירוקות כגון פאנלים סולריים, מיחזור מים אפורים ליצירת בריכה אקולוגית, ועוד. המרכז החדש יתמקד בנושאי טבע, נוף וסביבה חופית ויכלול כיתות ליי

ביבתו. ערכי הטבע והנוף מומחשים ומונגשים למבקר בצורה חווייתית על ידי חמישה צירי טיול וחוויה העוברים דרך המבנה ועל הגג. מרכז המבקרים החדש יפנה לנוף ים מרהיב, באחת הנקודות הגבוהות ביותר של הפארק, כקו פרשת מים בין הים וטיילת הולכי הרגל ממערב לבין גן האקלום, שביל האופניים והעיר ממזרח. העיצוב האדריכלי של המרכז מאפשר לייצר מבנה המשתלב בסביבתו מחד ומייצר עניין

## לאחרונה נבחרה בתחרות

הצעת משרד פלסנר אדריכלים לתכנון מרכז המבקרים החדש, אשר ימוקם בלב פארק החוף הנבנה בימים אלה, בסמוך לטיילת פארק החוף החדשה שכבר הפכה לאחד המוקדים הרומנטיים והמרהיבים של העיר. מבנה מרכז המבקרים החדש, שיחליף את הבסיס הצבאי הנטוש במקום, צפוי להפוך לאחד מהמוקדים החשובים בממוקמים לאורך הציר המרכזי של הפארק. הוא מתוכנן כמרחב המאפשר תנועה דרכו, מעליו ובס

פארק החוף. טיילת מרהיבה במקום שטח הבסיס הישן | תכנון אדריכלי: פלסנר אדריכלים, הדמיות: סטודיו בונסאי



# אירוע ט"ו בשבט בקאנטרי קהילתי בארבור

פעילות נטיעה "יד ביד" | עץ משאלות קהילתי  
פעילות דיגיטל לקטנטנים | וההצגה "ים קטן"  
בואו לחגוג את חג האילנות בקאנטרי בית בארבור



האירוע בקאנטרי בית בארבור | כולכם מחמנים

רגש. לגילי 4+  
ההצגה "ים קטן", הצגה של תיאטרון הקרון, בעלות של 15 שח לילד/ה + הורה מלווה אחד ללא תשלום, הוא סיפורן של שתי ילדות שמשחקות במים, ממציאות סיפורים והרפתקאות. בים הקטן שהן בוראות הכל יכול לקרות. זוהי הרפתקה מסעירה, קסומה ומצחיקה בים פלאי ומלא רגש. שתי שחקניות, המישה אקווריומים, 62 דגים, ים של מים ואוצר אחד עם 100 הפתעות קטנות.

ההצגה זכתה להערכה בינ-לאומית והזכויות להצגתה אף נמכרו לתיאטרון ילדים מוכר במוסקבה (Theatrum at Serpukhovka). להרשמה  
<https://www.coing.co/u/87d13bc958>

ב־25 בינואר בין 16:00 ל־18:00 ייערכו בקאנטרי קהילתי בארבור, פעילויות לכבוד ט"ו בשבט: **פעילות נטיעה "יד ביד"** – פעילות רב־דורית משותפת, סבתות וסבים, נכדות ונכדים מוזמנות ומוזמנים לשתול יחד שתיל יד ביד

**עץ משאלות קהילתי** – יחד נכתוב את משאלות הלב שלנו על חתיכות בדים ממוחזרים שייתלו על עץ משאלות קהילתי **פעילות דיגיטל לקטנטנים** "כוחם של זרעים" לגילי שנה וחצי עד שלוש

**הצגה "ים קטן"** – שתי ילדות משחקות במים, ממציאות סיפורים והרפתקאות.

האם ימצאו את האוצר? האם יהיו לחברים? הרפתקה מסעירה, קסומה ומצחיקה בים פלאי ומלא



מוד, ספרייה, בית קפה ואזורי מפגש חיצוניים עם נוף עוצר נשימה. המבקר יכול לבחור באחת מאפ־שרויות הטיוול במרחב ובכל פעם לחוות חוויית טבע ונוף שונה ומ־עצימה. מלבד חללי הפנים ישנם אזורי מפגש והתכנסות חיצוניים רבים ומגוונים שניתן לחוות כחלק מהטיילת החדשה – חלקם במפלס הכניסה, על גג המבנה ובגן האקולום הסמוך.

החיבור של גן האקולום למבנה נעשה על ידי אמפיתיאטרון המיועד להת־כנסות של קבוצות או למופעים קט־נים. בנוסף, ממוקמים אזורי ישיבה ומנוחה סביב הבריכה האקולוגית או מתחת לצל העצים. ניתן יהיה לבלות גם על גג המבנה שבו ימוקמו אזורי ישיבה מוצלים מול הים, שיאפשרו צפייה אל עבר השקיעה, וברחבת מפגש וקפה באזור הכניסה המוצלת הצופה לים מצד אחד ולגן האקולום בצד המורחי.

או בפעם הבאה שתעברו בטיילת המרהיבה, תדעו שככה יראה מרכז המבקרים החדש במקום שטחו של הבסיס הצבאי הישן.

# תמיד מוכנים

למרות שבשבועות האחרונים יש פחות שיגורים לעבר תל אביב־יפו, חשוב שתדעו שבעירייה נערכים לתרחישים השונים, מבצעים תרגילים עם פיקוד העורף ויחידות העירייה בכל התחומים - נערכות למצבים המאתגרים ביותר



מקלט עירוני. שמרו על עירנות

צילום: עיריית תל אביב יפו

רחבים מוגנים. כאן תוכלו לחפש את כל סוגי המרחבים המוגנים הציבוריים הקרובים אליכם:

<http://tinyurl.com/4ztf7uu5>

וכאן גם לראות אותם על פני מפה:

<http://tinyurl.com/3fjefx4t>

■ רעננו לעצמכם והכירו את המידע שרלוונטי תמיד ואת ההמלצות להיערכות אישית לעת חירום, מטעם פיקוד העורף:

<http://tinyurl.com/mpzy9ahs>

שנדע ימים שקטים.

קהילה, רווחה, בריאות הציבור, היגוי ועוד - נערכות למצבים המאתגרים ביותר.

מה אנחנו מבקשים מכם? להיות תמיד מעודכנים ומוכנים:

■ היכנסו לאתר העירייה או לאפליקציית "דיגיטל שלי" והכירו את המקום לט הקרוב ביותר למקום מגוריכם, או לכתובת אחרת בה אתם שוהים במהלך היום. חשוב לדעת כי ברחבי העיר ישנם גם מקומות ציבוריים רבים, כגון מרכזים קהילתיים, בתי ספר, חניונים ועוד - שמתפקדים בחירום גם הם כמ-

שבועות האחרונים יש אמנם פחות שיגורים אל עבר תל אביב־יפו ונשמעות פחות אזעקות, אך חשוב לזכור שהשגרה שלנו היא שגרת מלחמה. לצערנו, האיומים לא חלפו ועלינו לשמור על מוכנות ועירנות כדי להימנע ממצבים של הסלמה.

חשוב לנו מאוד שתדעו שבעיריית תל אביב־יפו, נערכים לתרחישים השונים, מבצעים תרגילים יחד עם פיקוד העורף ובודקים את עצמנו ואת היערכותנו. יחידות העירייה בכל התחומים - ביחוד, תפעול, הנדסה ומבנים מסוכנים,

## נת"ע שדרגה ושיפרה את השירות בקו האדום

ההמתנה לרכבות התקצרה בזכות שיפור תדירות הרכבות ושעות השירות הוארכו



**בואנה, שיחקנו אותה איזה שדרוגים!**



הרכבת האחרונה יוצאת מתל אביב בשעה 00:00 (לערך) ומסיימת את השירות ב-1:00 (לערך).

תודה לכל הנוסעים שכבר נסעו בקו האדום. התקדמו לנסיעה בטוחה ונרגעה בהדרגה! לתכנון הנסיעה הבאה שלכם היכנסו

[www.dankal.co.il](http://www.dankal.co.il)

נת"ע גאה להכריז על שדרוג ושיפור השירות בקו האדום. החברה שיפרה את תדירות הרכבות, קיצרה את ההמתנה והאריכה את זמני השירות! ההמתנה לרכבות התקצרה: בתחנות התת־קרקעיות תגיע רכבת בכל 4 דקות ובתחנות העיליות בכל 6 דקות. שעות השירות הוארכו וכעת

# הבימה עובר לדוהל בשכונת התקווה

התיאטרון הלאומי בשיתוף העירייה וחברת המשכן, ישפצו וישדרגו את המערכות בבמת אולם "רובינא" של הבימה | חלק מהצגות התיאטרון יצאו בחודשים הקרובים מאולם הבית ויוצגו באופן זמני באולמות חלופיים בעיר

מהלכו ימשיך התיאטרון להציג באולמות מסקין, ברטנוב והבימה 4, לצד אולמות החוץ: אולם סמול-רש (אוניברסיטת תל אביב), מוזיאון ארץ ישראל ואודיטוריום דוהל בשכונת התקווה.

מחזיקי ומחזיקות דיגיתל נהנים מהטבות בלעדיות לכל ההצגות בהבימה!

לצפייה בהטבות השונות היכנסו לאפליקציית דיגיתל שלי או לאתר העירייה בקישור

<https://bit.ly/3THAmU>.



תיאטרון הבימה. הפסקה לצורך שדרוג

חדשה שתחליף את המערכת הישנה שהשימוש בה אינו מותר עוד. השיפוץ יארך כמה חודשים ובי

התיאטרון הלאומי הבימה, בשי"תוף עיריית תל אביב-יפו וחברת המשכן, יוצא בתוכנית לשיפוץ ולשדרוג המערכות בכמת אולם "רובינא" של תיאטרון הבימה. חלק מהצגות התיאטרון יצאו בחו"דשים הקרובים מאולם הבית ויוצ"גו באופן זמני באולמות חלופיים בעיר, ביניהם מרכז דוהל בשכונת התקווה.

תוכנית השיפוצים נועדה להסדיר את תקני הבטיחות הדרושים לבמת "רובינא" ולהבטיח מערכת תפעול

צילום: שארסטורן



אפ 60+. אם אתם נושמים אקולוגיה זה המקום בשבילכם

אם אתם נושמים אקולוגיה, אם אתם חושבים כיצד אתם יכולים לצמצם נזקים סביבתיים ואם יש לכם רצון לה"שפיע על הסביבה ועל הקהילה שלכם, התוכנית הזאת בשבילכם.

בתוכנית נרכוש כלים להתנהלות אקולוגית חסכונית ונכונה, אותם תע"כירו הלאה לקהילות שלכם, בדגש על קהילות הוותיקים והוותיקות.

מפגש חשיפה לתוכנית נערך ביום שני האחרון, 8 בינואר, באמצעות הזום.

לפרטים נוספים ולהרשמה:

<http://tinyurl.com/562c7vcc>

וכלים שיסעו לך במעבר - הכל בה"תאמה אישית לך.

הצוות המקצועי שלנו כאן כדי לתת כלים ולסייע: ליווי אישי, סדנאות ומ"גוון תוכניות במטרה לבנות לך תוכ"נית לתקופת החיים החדשה.

מאחר שהנושאים המעסיקים אותך משותפים לרבים, פיתחנו מגוון סדנאות ופעילויות קבוצתיות ופרטניות העונות על שאלות וצרכים בכל תחומי החיים.

בימים אלה אנחנו פותחות באפ 60+ תוכנית חדשה להכשרת מדריכי חוסן אקלימי.

## עיר חברתית

אפ 60+ פותחות תוכנית חדשה להכשרת מדריכי חוסן אקלימי

לקראת גיל פרישה?

רובכם ודאי תסכימו איתנו שיש לכם עוד הרבה כוחות ואנרגיה, לצד ניסיון וידע שיכולים להועיל לאחרים. בדיוק בשביל זה מינהל השירותים החברתיים שלנו מפעיל את אפ 60+:

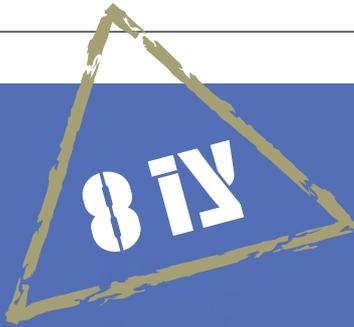
<http://tinyurl.com/4bjftpuk>

אפ 60+ הוא שירות עירוני חדש ופורץ דרך לתושבים הנמצאים במעבר לק"ראת פרישה - שנה לפני פרישה ועד חמש שנים אחריה. באפ 60+ מבינים שהפרישה היא שלב משמעותי בחיך. זהו שלב של שינויים, מעברים וקבלת החלטות - וזה לא תמיד קל.

לכן פיתחנו עבורך תוכניות ייחודיות

# צו השעה

פעילויות ומפגשים למשפחות המגויסים ולבני ובנות הזוג | הטבות למשפחות משרתי המילואים | הרצאות | פעילויות | שירותים | ועוד | העיר תל אביב־יפו מתגייסת למען לובשי המדים ולמען הקרובים אליהם | כל הפרטים בכתבה



חשוב לשים לב! ההרשמה להטבות מתאפשרת רק ביישומון. אם אין לכם עדיין את היישומון מותקן על המכשיר הנייד שלכם, ניתן להוריד אותו מחנות האפליקציות (אייקון כתום). נא לשים לב להנחיות ההרשמה להטבות ואופן מימושן, בכל אחת מההטבות.

ההרשמה להטבות ולאירועים מתאפשרת למחזיקי ולמחזיקות דיגיטל המשויכים למועדון "דיגיטל חיילים" (ניתן לבדוק שייכות למועדון תחת "כרטיסי מועדון" ב"דיגיטל שלי"). אם כרטיס המועדון של "דיגיטל חיילים" לא מופיע אצלכם, כתבו לנו בדוא"ל:

[digitel-hatavot@mail.tel-aviv.gov.il](mailto:digitel-hatavot@mail.tel-aviv.gov.il)

בצירוף שם מלא, מספר טלפון המשוך לחשבון הדיגיטל והעתק צו 8 או תעודת לוחם ונצרך אתכם ל"דיגיטל חיילים".

משרתי ומשרתות מילואים תושבי העיר? עיריית תל אביב־יפו כאן בשבילכם ובשבילכן. ריכזנו את כל המידע החשוב בנושאי הנחות בארנונה, דחיות תשלומים עירוניים, טפסים למילוי מרחוק, בקישור הבא:

<https://bit.ly/3RXI8bo>

הורים בעיר? מרכז ההורות העירוני ני מזמין את המשפחות שבהן אחד ההורים במילואים, למפגש פרטני עם מדריכת הורים בחינם – לתמיכה בתקופה בה את או אתה לבד עם הילדים, ולצידה – איך לתווך, כמה לשתף ולהתחבר לתפקיד ההורי. להרשמה למפגש:

<https://cutt.ly/rwGDpXXh>

## אירועים והטבות

בהצדעה ובהערכה להתגייסותם של בני משפחותיכם משרתי ומשרתות המילואים, יצרנו סל הטבות מיוחד עבורכם ועבורם. למימוש ההטבות היכנסו לעולם התוכן של "אירועים והטבות" ביישומון דיגיטל שלי תחת בועית "צו 8".

ליישומון דיגיטל שלי:

<https://mydigitel.tel-aviv.gov.il/>

להורדת היישומון לנייד:

<https://bit.ly/48wxnSm>

מידע והטבות למשפחות משרתי המילואים.

משפחות של משרתי ומשרתות המילואים תושבי העיר? אנשי קבע או סדיר – אנחנו כאן בשבילכם ובשבילכן. כדי לעזור בשעה קשה זאת, יצרנו עבורכם אירועים והטבות, מעגלי שיח, הרצאות, שירותים, עזרה, פעילויות ועוד.

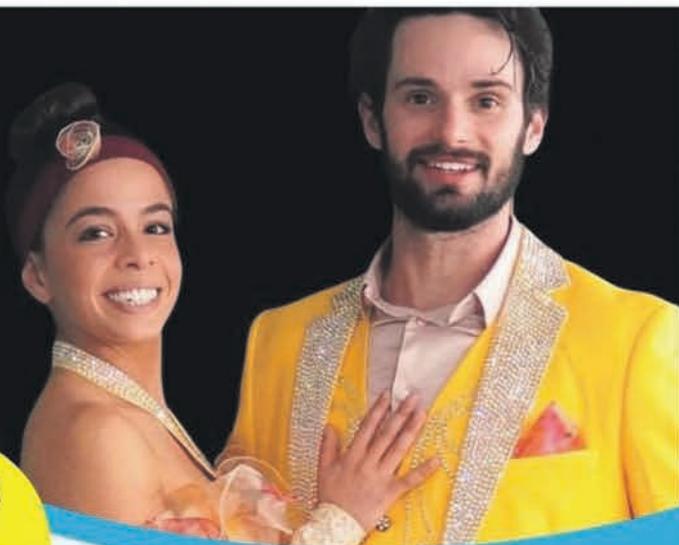
בני ובנות זוג של מגויסי מילואים, כדי לסייע לכם, יצרנו מעגלי שיח מותאמים, הרצאות שיוכלו לספק כלים להתמודד עם אתגרי התקופה, לסייע בתמיכה במגויסים ופעילויות הפגה.

הורים למגויסים, יצרנו עבורכם מעגלי שיח שיוכלו לסייע במתן כלים להתמודדות עם התקופה המאתגרת וכלים שיוכלו לעזור ולתמוך במגויסים עם חזרתו הביתה או לאפטר.

לצפייה בפעילויות למשפחות:

<https://cutt.ly/cwGIQMRT>

**בהצדעה ובהערכה להתגייסותם של בני משפחותיכם משרתי ומשרתות המילואים, יצרנו סל הטבות מיוחד עבורכם ועבורם. למימוש ההטבות היכנסו לעולם התוכן של "אירועים והטבות" ביישומון דיגיטל שלי תחת בועית "צו 8"**



ההרשמה  
החלה!  
מסי המקומות  
מוגבל



# SALSA



פתיחה יום ראשון 08/10 עם  
Orlando cat & Dj carlos

## מסיבת סלסה

ימי ראשון  
22:30-21:00

כניסה עם כרטיסייה 6 ניקובים  
100 ₪ תושבי ת"א  
150 ₪ תושבי חוץ

## חוג ריקוד סלסה למתחילים

ימי ראשון  
20:45-20:00

עם הרקדנית רותם.  
100 ₪ לחודש לתושב ת"א  
125 ₪ לחודש לתושב חוץ

מבצע לנרשמים  
לחוג סלסה -  
כניסה להרקדה  
ללא עלות

לפרטים נוספים והרשמה - מרכז קהילתי אורים | רח' אורים 41

מזכירות: 03-7240335 | 054-8608680

\*פתיחת החוג מותנית במינימום נרשמים.



תל אביב-יפו  
TEL AVIV YAFFO



עיר ללא הפסקה

# כל הדרכים לקבל עדכונים בחירום ובשגרה מעיריית תל-אביב-יפו

אתר העירייה

tel-aviv.gov.il



הוואטסאפ העירוני

כל מה שקורה בשכונה ובעיר היישר לנייד



רשתות חברתיות

העמודים הרשמיים של העירייה, עם סרטונים בכל הנושאים וכל מה שחשוב לתושבים לדעת



עיריית תל-אביב-יפו

@telaviv.yafo

Telaviv.yafo

מוקד שירות 106 פלוס

ביישומון או ב-9106\*



חדש

דיגיטל שלי

היישומון הרשמי

של עיריית תל-אביב-יפו

מתעדכנים על כל מה שקורה בעיר ב-"ביטחון וחירום" או ב-"סביבת מגוריי" אשרו את הדרכים ליצירת קשר תחת פרופיל < אמצעי קשר

מסרון (SMS) בנייד

היכנסו להודעות וחפשו TLVDIGITEL

דיוור שבועי

האירועים והחדשות העירוניות בדוא"ל, בהצטרפות לדיגיטל שלי

התראות (PUSH)

אשרו קבלת התראות מיישומון דיגיטל שלי בהגדרות הנייד <





תוכנית ההסבה שיפטינג. ידידותית לנשים

# תכנית ההסבה שיפטינג - הגשת מועמדות

## ההרשמה לתוכנית ההסבה שיפטינג נפתחה, בתשלום סמלי

יוזמנו לראיון בזום – רבע שעה שבה נוכל להסביר על התוכנית, לדבר קצת על מה שמגיע אותך ולתאם ציפיות.

מה קורה בסיום התוכנית? חשוב לנו לומר שזו אינה תוכנית השמה. מטרת התוכנית היא לסייע בקבלת החלטות מושכלת לקראת מעבר לתעשיית ההייטק. נרצה שת ביני אילו תפקידים רלוונטיים לך על בסיס הניסיון שלך, ומה נדרש ממך כדי להגיע אליהם. כמובן שצוות המגדל, המרצות ומעבירות הסדנאות, וקהילת הבוגרות של התוכנית ישמחו לסייע לך בתהליך שלך ככל שיתאפשר גם לאחר סיום התכנית.

● לצערנו בעקבות המצב המקום איננו נגיש לבעלי מוגבלויות.

### שאלות?

אפשר ליצור איתנו קשר בעמוד הפייסבוק

[facebook.com/Thetowertlv](https://facebook.com/Thetowertlv)

באינסטגרם

[instagram.com/thetowertlv](https://instagram.com/thetowertlv)

או במייל

[info@thelibrary.co.il](mailto:info@thelibrary.co.il)

לטובת ההשתתפות בתוכנית, יידרש תשלום סמלי של כ-400 ש"ח. למי התוכנית מתאימה? תושבות תל אביב-יפו או מפונות לתקופה ממושכת.

בוגרות תואר ראשון – לימודים מקצועיים או בעלות ניסיון מקצועי משמעותי.

בעלות פניות לתוכנית – מפגש ערב של כ-4 שעות מדי שבוע למשך שמונה שבועות (החל ב-12 בפברואר).

התוכנית ידידותית לנשים ולכל מי שמזדהה כאישה.

### מתי ואיפה זה קורה?

המפגשים יתקיימו באופן פיזי במרכז החדשנות "המגדל" (הספרייה לשעבר) במגדל שלום. עקבו אחרינו בסושיאל לעדכונים על התוכנית הבאות ב-2024!

מה קורה אחרי שנרשמת? ומה תהליך המיונים?

השלב הראשון בתהליך המיון הוא טופס ההרשמה שאת נמצאת בו. הזמן המוערך למילוי הטופס הוא כ-10 דקות.

בשלב השני, מועמדות מתאימות

תוכנית ההסבה המבוקשת נפתחת בתחילת פברואר 2024 ומתקיימת למשך שמונה שבועות. התוכנית תתקיים במגדל מאיר שלום, אחד העם 9 תל אביב-יפו. עוד מידע על תהליך המיונים – בהמשך העמוד. בהצלחה!

### קצת עלינו:

תכנית שיפטינג She-fting – "מחשבות מסלול מחדש" – היא תוכנית שמטרתה לסייע לתושבות תל אביב-יפו בנות 25-35 שנמצאות בצומת תעסוקתי ושוקלות מעבר לתעשיית ההייטק.

במהלך התוכנית נעבור מבוא לעור למות הטכנולוגיה דרך מושגי יסוד והיכרות עם תפקידים שונים, סדנאות מעשיות ליישור קו לקראת תהליך חיפוש עבודה, ותוכן קבוצתי לזיהוי חסמים וכיוונים ולחיוזוק תחומי המסוגלות בתוך התהליך.

התוכנית מופעלת על ידי המגדל – מרכז החדשנות מבית עיריית תל אביב-יפו.

התוכנית מסובסדת על ידי מינהל קהילה ועל ידי הרשות לחוסן ושוויון חברתי של עיריית תל אביב-יפו.

# חוגי ספורט +18

## במרכז קהילתי נווה אליעזר



**TRX**

ימי שלישי

18:30-19:30



**יוגה**

ימי ראשון

19:00-20:00



**חוג ריצה לנשים**

ימי שני ורביעי

20:15-21:15



**עיצוב דינמי**

ימי ראשון ורביעי

18:00-19:00



**מעגל מחול לגיל ה-3**

ימי רביעי

09:00-09:45



**טאי צ'י**

ימי חמישי

20:30-21:30

לפרטים נוספים יש לפנות למזכירות

מרכז קהילתי  
 נווה אליעזר





נת"ע עובדת מסביב לשעון

# נת"ע בכל הכוח

הקו הסגול והקו הירוק בהתקדמות | עבודות הקמת גשר פנחס רוזן | תהליך תכנון התחנה ברחוב ולנברג נעשה בשיתוף ובתיאום עם עיריית תל אביב-יפו. על מנת לשמור על נחל הירקון וגדותיו, בקטע זה של התוואי צומצמה כמות יציקות הבטון וקורות הגשר הוקמו מקורות טרומיות (קורות מוכנות מראש). הדבר הפחית באופן משמעותי את תנועת משאיות הבטון בשטח העבודות.

הצניבור, תאפשר גישה להולכי רגל, רוכבי אופניים ומשתמשי התחבורה הציבורית. תחנות האוטובוס יוצבו בקדמת רחבת הכניסה לתחנה, על רחוב ראול ולנברג וכן על רחוב פנחס רוזן.

מסביב לתחנה יוקמו מדרכות חד-שות, שבילי הליכה ושבילי אופניים שיובילו אל רחבת הכניסה מהפארק ומרחוב ראול ולנברג.

עוד מספרים בנת"ע כי תהליך תכנון התחנה נעשה בשיתוף ובתיאום עם עיריית תל אביב-יפו. כדי לשמור על נחל הירקון וגדותיו, בקטע זה של התוואי צומצמה כמות יציקות הבטון וקורות הגשר הוקמו מקורות טרומיות (קורות מוכנות מראש). הדבר הפחית באופן משמעותי את תנועת משאיות הבטון בשטח העבודות.

ניהול הפרויקט:  
דנה הנדסה Dana Engineering  
ביקוח הפרויקט:  
Inproject  
קבלן מבצע:  
CRTG Engineering AB

פנחס רוזן, והם ממש בשלבי סיום: במהלך העבודות על הקו הונפו שלוש קורות נוספות (עד כה הונפו 59 קורות מתוך 60), כל קורה שוקלת כ-70 טון, אורך הגשר כ-321 מטרים ומעליו תחנת גשר פנחס רוזן.

בחברה מציינים כי התחנה שתיבנה תהיה נגישה ותכלול מעלית לנוחות



חברת נת"ע שמנהלת את בניית הקווים של הרכבת הקלה בתל אביב מעדכנת על התקדמות העבודות. בנוגע לקו הסגול שהוא קו עילי שאמור לעבור גם בשכונת כפר שלם ובשכונת התקווה ובסמיכות לשכונות נוספות בדרום מזרח העיר, בחברת נת"ע מספרים כי הם פירקו את המעברים התת-קרקעיים ברחוב אלנבי לטובת חידוש הרחוב, התשתיות, מערכות המים, הביוב והחשמל ולטובת מעבר הרק"ל בתוואי (שם תוקם תחנת הכרמל העתידית של הקו הסגול).

מצורפת למטה תמונת הדמיה לה מחשה איך ייראה הרחוב המחודש. קבלן מבצע: רם הנדסה בע"מ ניהול ופיקוח הפרוייקט: א. ספיבק חברה להנדסה.

## הקו הירוק

כמו כן בחברת נת"ע מעדכנים גם על ההתקדמות בעבודות של הקו הירוק. בחברה מציינים כי הם ממשיכים בעבודות הקמת גשר



# ד"ש עם שיר

המוזיקאי שגיא אליגון, מילואימניק ותושב שכונת עזרא, החליט ביציאה ראשונה שלו לאפטר, לכתוב שיר בערבית עם מנגינת דבקה שבו המילים הן מסר ברור לאויבינו על כך שלמרות שבכל דור ודור קמים עלינו לכולותינו, זה לא יצליח להם • עכשיו הוא מספר איך תאונת האופנוע לפני שש שנים דחפה אותו למוזיקה • כמה הוא מחובר לשכונה • ואיך שם הבמה שלו, "פיסטוק חצי פתוח", קשור למציאות של כולנו



## מי אני?

שגיא אליגון, בן 34, מתגורר בש"כונת עזרא. שם הבמה הוא Half-Split Pistachio "פיסטוק חצי פתוח". הרעיון לשם נולד כדי למ"צוא משהו שיהיה קליט ויחבר את החיבה שלו לפיסטוקים.

"אנחנו צריכים להיות כמו פיסטוק. כשהוא סגור מדי אין מה לעשות איתו וכשהוא פתוח מדי אין כלום או צריך למצוא את האמצע". בימים אלה אליגון משרת במילואים מאז 8 באוקטובר, היום השני למלח"מה. באפטר הראשון שלו, שלושה שבועות מתחילת המלחמה, הוא החליט ליצור (יחד עם המפיק פייני שרעבי משכונת התקווה והכותב דניאל פרי נדב, גם הוא תושב האזור) שיר, שמבטא את התחושות שלו ומעביר מסר גם לצד הישראלי וגם לצד הערבי. השיר מדבר על כך שבכל דור ודור מנסים להשמיד את ישראל והרבה ניסו לפני החמאס אבל אף אחד לא מצליח וגם הם לא יצליחו. "השיר מדבר על הצביעות של המנהיגות בחמאס שהופכת אנשים לשהידים בזמן שהם מבלים במלונות פאר או מתחבאים במנהרות ומתחבאים גם מאחורי נשים וילדים. המנגינה הלכה לכיוון של דבקה כדי שהם יחבבו את המנגינה אבל יקבלו את המסר ישירות לפרצוף. ממש 'לה'

רוג אותם ברכות'. בעיקרון זה גם לאוכלוסייה ערבית שמתנגדת לחמאס אבל גם להרים את המור ראל שלנו הישראלים, גם כן לעצבן את אנשי הטרור ולהעביר להם את המסר שאנחנו כאן כדי להישאר ושהם לא יכולים עלינו וגם מול מי



שרוצה בקרב האוכלוסייה הערבית למחות נגד ארגוני הטרור".

## תחילו להשמיע:

"השיר כרגע ברשתות, הוא לא הושמע בתחנות רדיו - הוא קשה קצת כי הוא בערבית והמוזיקה היא לא מיינסטרימית ובגלל שאני במי"

לואים לא הספקתי לעבוד על הפצה, אבל מכל מיני אנשים ששמעו הפיי"דבקים הם מאוד חיוביים והם הת"להבו מאוד מהרעיון אבל הוא עדיין לא התפוצץ ואני מקווה שזה יקרה. ברור לי שיש לו הרבה פוטנציאל,

שגיא אליגון. "בהתחלה לא היה לי חשק למוזיקה, אבל זה חזר בגדול" | צילומים מתוך האלבום הפרטי

דה שלי באותם ימים בכנף ונסעתי ללונדון. שם ישבתי בבית קפה התחלתי לדבר עם בחורה איטלקייה (אני דובר איטלקית) שבאה לבקר את המשפחה שלה באנגליה. כשחזרתי לארץ כתבתי עליה שיר באנגלית ובאיטלקית וזה הושמע בשלוש תחנות רדיו כולל גל"צ. זה היה סוג של שיר שבו אני שולח לה מסר דרך גלי האתר. לפני המלחמה הייתי בסיום הפקה של שני שירים נוספים, אחד מהם מדבר על בית סבא וסבתא שלי בשכונת עזרא, הוא מזכיר זכרונות ואת ההווי של השכונה תוך שימוש של שמות רחוקות כמו 'תשרי' ו'חשוף'. שיר נוסף כרגע עדיין בעבודה אבל נקראתי למילואים".

### אני והמלחמה

"זה אמנם קשה אבל יש לי מוטיבציה. אני רוצה כמה שיותר לעשות עבודה טובה כדי שמי שמסתכל עלינו יבין שאנחנו כאן ואנחנו בשיא האטרף כדי לשמור על עצמנו נו ועל המדינה שלנו. בלילות אחרי כל העבודה בצבא אני מנגן ומתופף על גיטרה ותוך כדי כותב. אומרים שכשהתחתים רועמים המוזות שותקות. אז באמת בתחילת המלחמה לא היה לי חשק וזמן למוזיקה אבל זה חזר ובגדול, עובדה שכתבתי שיר".

### אני ושכונת עזרא

"המשפחה שלי במקור משם, סבא וסבתא שלי, ואני גר כאן. הרבה מאוד מהילדות שלי מחוברת לשכונה ולאזור, החל מגן יונה ועד ספורט טק דרום. אני מאוד אוהב את התחום שההשכונה היא כמו מושב בתוך תל אביב, עם התרנגולות והטווסים. מקום מיוחד במינו".



תאונת אופנוע באפריל 2018. הייתי לפני כן מאוד מופנם אבל התאונה הזו שיצאתי ממנה בנס העירה אותי וגרמה לי להבין שאני חייב לעשות דברים בלי פחד ולחשוף את עצמי. לקחתי חופשה קצרה אז מהעבור

גם מבחינת המסר וגם מבחינת המוטיבציה".

### אני והמוזיקה:

"אני בתחילת הדרך. את הסיפור שלי עם היצירה התחלתי אחרי



# כוח נשי

במתנ"ס אורים פתחו חוג של אימוני קיקבוקס וטרמפולינה | המאמנת, ליטל כהן, מסבירה למה כל אימון אצלה נעשה באווירה מסיבית | ואיך הוא משלב בתוכו גם העצמה נשית | גם ירידה במשקל | וגם המון סיפוק עצמי והוצאה של אנרגיה שמהר מאד נטענת מחדש | בקיצור, כדאי לכן להירשם

אביב מברכות אותי ושואלות איך אין את זה בעוד מקומות. הפעילות הזו במתנ"ס אורים מלכדת את כל הנשים בשכונה".

● **הטיפ שלי למתאמנות** "לבוא, להתנסות, לחוות, לראות מה זה ולהיכנס לזה. את נותנת לעצמך את הזמן הזה שהוא רק שלך. האימונים האלה מתאימים לכל גיל, זה משהו שלומדים ומתנסים בו ומשתפרים מאימון לאימון. זה ממש מתאים לכולן. הרבה שואלות אותי לגבי פג"ע אפשית בגב ובברכיים בגלל שמדובר בטרמפולינה אבל זה ממש לא ככה אלא להיפך. האימון של הטרמפולינה דווקא מתאים למי שיש לה בעיה עם הגב והברכיים זה רק משפר את רמת החיים ואת הבריאות של כל אחת. מי שבאה אליי נהיית יותר חזקה ויותר בריאה".

קבוקס ופעם בשבוע טרמפולינה, בעיקרון זה אימון אירובי ששורף המון קלוריות ומחזק את האגן, משהו שחשוב לנשים, במיוחד אחרי היריון. אלה אימוני מסיבה, אימונים אנרגטיים שמרימים. זה גם כיף, גם שורף קלוריות, וגם אימון באווירה טובה עם התור צאה שכל אחת מצפה לה. הנשים שבאות למתנ"ס מכל רחבי תל

**"מתנ"ס אורים זה הלב של השכונה והוא מחבר את כל הבנות כאן וגם מציע מחיר נגיש לכל כיס שהוא הרבה יותר זול ממה שנהוג כדי לתת הזדמנות לנשים ליטול חלק באימונים הללו"**

● **מי אני?**

ליטל כהן, בת 26, אמא לשלושה ילדים. מאמנת כושר במתנ"ס אורים, בשלוחה של בית דני, ועו"דת גם באופן פרטי.

● **איך הכל התחיל**

"חמש שנים הייתי בבית וטיפלתי בילדים. אחרי הילד השלישי הגיעתי למסקנה שהגיע הזמן אחרי שלושה ריונות לרדת במשקל והתחלתי עם האימונים והתאהבתי בזה. רציתי להנגיש את זה לכל השכונה והאימונים בהם אני מתמקדת הם אימוני קיקבוקס וטרמפולינה. רציתי להעביר את כל החוויה ואת כל הכיף הזה, במיוחד בימים האלה, לא לשכוח את עצמינו ולתת מזור לנפש".

● **אני ומתנ"ס אורים**

"אני מאמנת במתנ"ס שלוש פעמים בשבוע, פעמיים בשבוע קי"

ליטל כהן.  
"הפעילות במתנ"ס  
אורים מלכדת את  
כל הנשים בשכונה"  
| צילומים: האלבום  
הפרטי



אימון אחד את מרגישה שאת יכור לה הכל ושאינן משהו שיכול לעצור אותך בדרך. זה לא מכון כושר ולא הרמת משקולות, אלא אימוני אירובי של סיבולת לב ריאה שעוברים על כל השרירים הגדולים של הגוף שלנו. אנחנו לא באות רק לעבוד ולסבול או לסמן וי אלא לעשות כיף והגיע הזמן שנשים יעשו את מה שהן אוהבות. אנחנו באווירה מסיבתית עם אורות, מוזיקה וקפיצות, אנחנו מוציאות אנרגיות ונטענות מחדש. כל מי שחוזרת מאימון מלאה באדרנלין".

\*\*להרשמה ניתן ליצור קשר עם מתנ"ס אורים, בולבן מוזמנות



● חשוב לי להגיד

"מתנ"ס אורים זה הלב של השכונה והוא מחבר את כל הבנות כאן וגם מציע מחיר נגיש לכל כיס שהוא הרבה יותר זול ממה שנהוג כדי לתת הזדמנות לנשים ליטול חלק באימונים הללו.

אני קוראת לכולן להגיע: אנחנו מתאמנות בימי ראשון, רביעי וחמישי בשעות נוחות. בגלל שהרוב אמהות אנחנו גמישות תרתי משמע והאימונים מתקיימים בש"מ ונחצי בערב אחרי שהאמהות כבר מרדמות את הילדים.

הרעיון היה לפתוח את האופקים לתושבות שכונת התקווה ושכונת עזרא כדי לתת להן את האפשרות לעשות משהו שהוא גם העצמה נשית לכל דבר וגם עניין של בריאות.

האימונים האלה הם לא קלים, זו עבודה חזקה על הגוף שלא כל אחת מסוגלת, אבל ברגע שאת עוברת

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



שחף רז־מאמון.  
"המלחמה מחדדת כמה  
אנחנו רוצים להקים בית  
ולהנציח את השורשים  
שלנו כאן" | צילום מתוך  
האלבום הפרטי

שחף רז־מאמון, מאמנת רגשית לנשים, מסבירה את הקשר בין הרצון לזוגיות לבין זמן מלחמה | למה הוא עולה? | ואיך מאורעות 7 באוקטובר הוכיחו לכולנו שאין זמן וחייבים לקפוץ למים העמוקים כדי להשיג את מה שאנחנו רוצים כאן ועכשיו | ויש גם טיפ לזוגיות

# עניין של אמון

של מה שיהיה והחרדות שיש לאנשים ואני הייתי המענה בשבילם".

## ● טיפ לזוגיות

"זה ממש אינדיבידואלי אבל יש שני דברים בסיסיים שעוזרים להרבה אנשים ומה שאני מעבירה ללקוחות שלי – אמונה שאני שמורה ומוגנת וגם המשפט הזה של לקפוץ למים כי למדנו על בשרנו שאין מחר ושזה הזמן לקפוץ למים ולפעול ולהגיע למטרות שלנו בזוגיות אהבה וכל תחום בחיים. המלחמה הזו לימדה בעיקר אותי ואת מה שאני מעבירה הלאה שאין זמן".

## ● שישי שבת שלי

"שישי בצהריים כולל טיול בתל אביב, בטיילת ובשווקים שיש לנו, במיוחד בשוק התקווה. הכי כיף ליהנות מהשמש והים, אחרי זה ארוחת שישי עם המשפחה – אנחנו שלוש אחיות ויושבים עם האחיינים לקידוש ועם הרגים של שישי ויש גם הפעלות של המשפחה שאנחנו עושים בינינו".

Shahafraz21@gmail.com

אינסטגרם: Shahaf\_Raz\_Mamon

טלפון: 0543461761

וראות מוחלט ושיש גם צורך מאוד גדול להתמסד, להכיר, לעלות שלב. זה מה שקורה בדרך כלל במלחמות כי זה מצב הישרדותי ומופיע צורך להמשיך וההמשך הוא זוגיות, משפחה וילדים. לקחתי את כל זה ופתחתי את הרלת למי שרוצה לבוא אליי לאימון ראשון בחינם והיה מענה מטורף. אני בתחום שלוש־ארבע שנים ופתאום במלחמה שילשתי את כמות הלקוחות שלי בגלל הצורך הזה להמשיך להתקיים איכשהו.

"יש מלא פינות של רווקים ורווקות, זה רק מחדד עד כמה רוצים להקים בית ולהנציח את השורשים שלנו כאן ואני עוטפת את כל תל אביב מצפון לדרום וגם את כל הארץ ולקבל אנשים בזמן הזה היה כמו לצאת ללחום בעזה כי מבחינתי זו הלחימה שלי כי זה מה שאני יכולה לתת.

"המלחמה הזו הביאה איתה מצוקה נפשית, בדידות ואת חוסר הוודאות

## ● מי אני?

שחף רז־מאמון, בת 29. גרושה ללא ילדים. מאמנת רגשית לנשים.

## ● קצת על העבודה שלי

"בגדול זה עולם ההתפתחות האישית. השיטה שלי מורכבת מכמה שיטות יחד: אימון רגיל (קואצ'ינג), גמילה מהתמכרויות וביחד עם זה גם כלים מעולם ה-nlp. אני מאמנת נשים בתחום מערכות היחסים מתוך המקום שלי וניסיון החיים שצברתי ובעיר תל אביב המצוקה היא הרבה יותר גדולה ממה שאני מזהה עם הזוגיות ומערכות יחסים רעילות בפרט. מגיעות אליי נשים ואנחנו ביחד מזהות את האמונות המקבילות שלהן ואת הדפוסים שהובילו אותן למערכות הללו או שמנעו מהן להיכנס למערכות היחסים האלה. 12 מפגשים איתי בקליניקה. מאז תחילת המלחמה זיהיתי שכולנו נקלענו למצב כלכלי שהוא בחוסר

# בית דני

מועדון כושר

# Gym

85 ₪ לחודש\*



צוות מקצועי

ומשפחתי

לפרטים והרשמה

073-384-4484



052-3983035



7 ימים בשבוע

מכשירים חדשים

חניה חינם

מרחב מוגן

\* התשלום של 85 ש"ח לחנוי שנתי בלבד.



# אפייה נאה

קטי צאירי־ירמיהו, תושבת נווה אליעזר, הפכה את הטיפול בילדים למפעל חיים | את האהבה למטבח לכלי שאיתו היא מפנקת את קרוביה ואהוביה | ובתוך כל העשייה הזו היא לא מפספסת ליהנות מהחיים, לטייל בכל מיני מקומות ולבלות זמן איכות עם חברות | כל מה שמעניין אותה עכשיו: "שעם ישראל יעבור את התקופה הקשה מאז 7 באוקטובר וכל החיילים והחטופים והחטופות יחזרו הביתה בשלום"

גלות שהגשתי לכם מאוד טעימות וקלות להכנה".

## אוכל ופרנסה

"האהבה שלי היא כמו שאמרתי הילדים. לעשות למענם. לא חשבתי אף פעם לפתוח עסק של מוצרי קונדיטוריה, אמרו לי תעשי תמכרי אבל זו עבודה לא קלה. עוברת מהלב והנשמה, לא כדי לעשות ביונס".

## אני וריאלטי אוכל

"אני לא צופה אדוקה. מעדיפה לקחת רעיונות ממקומות אחרים כמו למשל פייסבוק. כל הידע שלי הוא משנים, הוא לא מהיום ואני לפעמים משרדגת את המתכונים שלי".

## התחביבים שלי

"אני מאוד אוהבת טיולים, טיסות לחו"ל, קניונים, הצגות והופעות. הזמר האהוב עליי הוא אייל גולן. בימי שישי אני מקפידה לטייל עם חברות בקניון, לשבת במסעדה או בבית קפה על קפה ומאפה. בשבת אני אוהבת ללכת לחוף גורדון ולצפות שם בהרקדה, או סתם לטייל בים עם חברות".

## אני והמלחמה

"אני מאוד מקווה שכולנו, עם ישראל נעבור את התקופה הקשה שנקלענו אליה מאז השבת של 7 באוקטובר. מאוד קשה לראות כל יום חיילים נהרגים ונפצעים ואת השבויים שלנו בעזה. אני מקווה שכולם יחזרו אלינו לשלום ושנחזור לחיות את החיים".

## אני, כפר שלם ושכונת התקווה

"גדלתי בשכונת התקווה ואז כשהתחתנתי עברתי לכפר שלם ואז חזרתי לבית שקרוב לנווה אליעזר. שכונת התקווה מיוחדת בעיניי, אני כל הזמן מבקרת שם בבוקר לקניות, להרגיש את המקום ולבקר את אחי שגר שם. אני גם עוברת בבית דני. אני אוהבת את השוק ואוהבת את התקווה. אין מקום כמו התקווה בעיניי. אני מכירה כל בעל בסטה בשוק ועושה קבלת שבת לפעמים אצל הולוף".

## מי אני

קטי צאירי־ירמיהו, בת 68, אמא לשלושה ילדים וסבתא ל־11 נכדים. "אני בקשר יום־יומי עם הילדים והנכדים, סבתא במשרה מלאה. מתי שהם צריכים אותי הילדים והנכדים הם כל עולמי".

עבדה במשך 40 שנה במעון ויצ"ו נווה צה"ל. "גידלתי שני דורות של הורים ואת הילדים שלהם. יצאתי לפנסיה בגיל 62 וחזרתי שוב לעבוד עם ילדים. כיום אני סייעת ביובל חינוך מזה שש שנים. האהבה הכי גדולה שלי היא ילדים ואני נותנת את כל כולי מהלב והנשמה".

## החיבור שלי למטבח

"אני הכי מחוברת לאפייה וזה גם מה שאני אוהבת לעשות. כשעברתי בוויצ"ו למדתי במכללה על אפייה והמשכתי. אני אופה לכולם: לחברות, למשפחה ולילדים ולאחים שלי. התוצר הסופי זה מה שהכי מיוחד בעיניי. הרולדות המגול"



**מוטו בחיים?  
"אוהבת לעשות חיים"**

## עוגיות מגולגלות עם תמרים וריבה

### מצרכים לבצק:

- 1 מחמאה רכה
- 1 כוס שמן
- 1 כוס מיץ תפוזים
- 1 סוכר וניל
- 1 אבקת אפייה
- 3/4 קילו קמח

### אופן ההכנה:

לחלק את הבצק לשישה כדורים.  
לפתוח ולמלא במילוי שרוצים ולגלגל לרולדה.  
המילויים: תמרים, קינמון, קוקוס ואגוזים טחונים או ריבת תות שדה.  
לאחר מכן יש לפרוס לפני האפייה את הרולדות לפרוסות ולהכניס לתנור על 170 מעלות בערך 20 דקות עד שזה מזהיב. אחרי האפייה יש לפזר אבקת סוכר.  
בתיאבון.



רוצים להשתתף במדור? כתבו לנו:  
[98south.news@gmail.com](mailto:98south.news@gmail.com)



קטי צאירי ירמיהו.  
"אין כמו שכונת  
התקווה בעולם"  
| צילומים מתוך  
האלבום הפרטי



# שבע מכות

וארא // הרב נסים בכור

בפרשת השבוע מופיעות שבע מתוך עשר המכות שהיכה הקדוש ברוך הוא את המצרים | הפירוש למכות אלה הוא שכל אחת מהן חיזקה את בני ישראל והחלישה את המצרים | יצרו מציאות חדשה בה הקערה התהפכה ועם ישראל התעשר אל מול הדלות של בעלי הבית שלהם

נוקשים את החרבות על המגינים לפני תקיפה, הרעש האדיר מחריש אוזניים ומחדיר פחד בלב האויב. השלב השלישי הוא תקיפה בגוף והנה הכינים תוקפות נושׁ כות מעבירות מחלות מאחד לשני, ואין מצרי אחד שיכל לעמוד על הרגליים, מרוב גירוד וצער ופצעי דם.

## החיות תוקפות

השלב הרביעי הוא פירוק הכוח של החיילים והעם, מכת ערוב היתה ערוב של חיות רעות בכל מצרים, אריות, דובים, תנינים, עופות דורסים תקפו מבית ומחוץ בכל מקום את המצרים, עכשוי המצרים עיפיים, שבורים ופצו עים, והנה באה המכה החמישית, דבר: חיידקים רעים נוגפים את

נהפכים למים, ככל שהמצרי היה רשע יותר כך היה נצרך לשלם יותר, ורק אז זכה לכוס מים צורניים. ממכה זו נתעשרו ישראל עושר רב. והמכה השנייה (שלב שני) היא צפרדע, הצפרדעים היו עושות רעש אדיר יום וליל ומלאו את כל מצרים, שבוע ללא שינה או מנוחה הן הגיעו לחדר השינה לתוך האוכל בסלון וברחובות הכל צפרדעים רעות, כפי שמלך לפי הקרב עושה מופע ראויה וחייליו

**בפרשה זו** יש לנו את שבע המכות הראשונות שהקב"ה היכה את מצרים, ואלו הן דם, צפרדע, כינים, ערוב, דבר, שחין, ברד. המדרש מלמד שהקב"ה עשה כמו מלך שבא לכבוש מדינה מורדת, השלב הראשון הוא מצור רעב, כדי להחליש את האויב, לכן במכת דם אין מים לשתות ולא רק המים אלא כל סוגי השתיה נהפכו לדם, והמצרים כדי לשרוד היו צריכים לשלם כסף לבני ישראל ורק אז כדי הדם היו

**הכל היה יד מכוונת כדי להראות שהקב"ה רואה את הכל והגיע זמן התשלום. לכן חיות רעות השפילו את מצרים עד עפר, ועל שהעבידו את בני ישראל בחינם, קנו מהם בכל מחיר מים, בקר וצאן ועל שגזלו מהם את שנתם היו הצפרדעים מרעישות וגוזלות את שנת העם המצרי**



ללא תשלום, קנו מהם בכל מחיר מים בקר וצאן, ועל שגולו מהם את שנתם היו הצפרדעים מרעישות וגור-זלות את שנת העם המצרי וכן על זה הדרך.

### אור על החושך

אנחנו כבר בערך 100 יום למתקפת הפתע של חמאס על ישראל, ויהי רצון שהקב"ה יילחם לנו את מל-חמותינו וינקום את נקמת הילדים הנערים והזקנים המעונים והנרצ-חים ויתן עוצמה לחיילינו וניצחון של הטוב על הרע, האור על החושך, ורפואה שלמה לכל הפצועים, ויחזור כל החטופים בריאים ושלמים, אמן ושבת שלום.

השיבולים שעמדו במלוא קומתן נשברו, כאן הקב"ה רמז להם שכל מי שיעמוד גאה ויחשוב לעצמו שהוא חזק מספיק כדי להילחם מול האלו-קים יישבר ללא רחם. ועכשיו נשארו פירות, פרוסים, חיות ובהמות רק בארץ גושן, מקום בני ישראל, והמי-צרים שוב נאלצו לשלם מלוא כספם וזהבם כדי לרכוש מחדש בעלי חיים ומזון להחיות נפשם, ושוב ישראל מתעשרים ומצרים נעשים דלים.

הכל היה יד מכוונת כדי להראות לעם השפל, העשוק והגזול, שהקב"ה רואה את הכל, ועכשיו הגיע זמן התשלום על הרצח וההתעללות, לכן חיות רעות השפילו את מצרים עד עפר, ועל שהעבירו את בני ישראל

הצאן והבקר בכל מצרים, החיות והבהמות מתות, לצבא אין סוסים ואין אוכל, בעלי השדות ללא שור או חמור לחרוש, פחד מרעב עתידי וב-צורת, לוחמה פיזית וכימית בצורת נס. ואז המכה השישית שחין, פצועים שורפים בכל הגוף מנער ועד זקן, כולם זועקים, פצועים ומעונים, כבר אין בהמות, אין רפואה, הצבא כשל, פרעה מאבד את העם המצרי... אבל נשארו להם עצי פרי ושדות תבואה בשיא הפריחה לפני הקטיף, ואז באה המכה השביעית, מכת ברד: הברד היה גושי ענק של קרח אשר בתו-כס אש חיה, והם נחתו מהשמיים כמו מטאורי ענק ושברו את השדות והפ-רדסים, כל העצים והשיחים ואפילו



תצלום: אריאל שני

**נפתחו מקומות  
נוספים  
בואו לנסות!**

# הנאה

## שפת התנועה של אוהד נהרין -

מציעה לכם להתחבר לתשוקה שלכם לזוז, לפתח את המודעות לתחושות ולאפשרויות הגופניות, לשכלל את הגמישות והזריזות, לחזק את הגוף ולחוות את ההנאה שבתנועה במסגרת מזמינה ומאפשרת.

**ימי שני | 20:00 | מרכז קהילתי יוסי בנאי, רמת ישראל ביצרון**

לפרטים נוספים והרשמה

אפשר לשלוח הודעת וואטספ למספר: 052-425-0449

או לקרוא כאן:



\* שיעורי נאגא פתוחים לאנשים מגיל 16 ומעלה, אין צורך בניסיון קודם במחול או בתנועה.

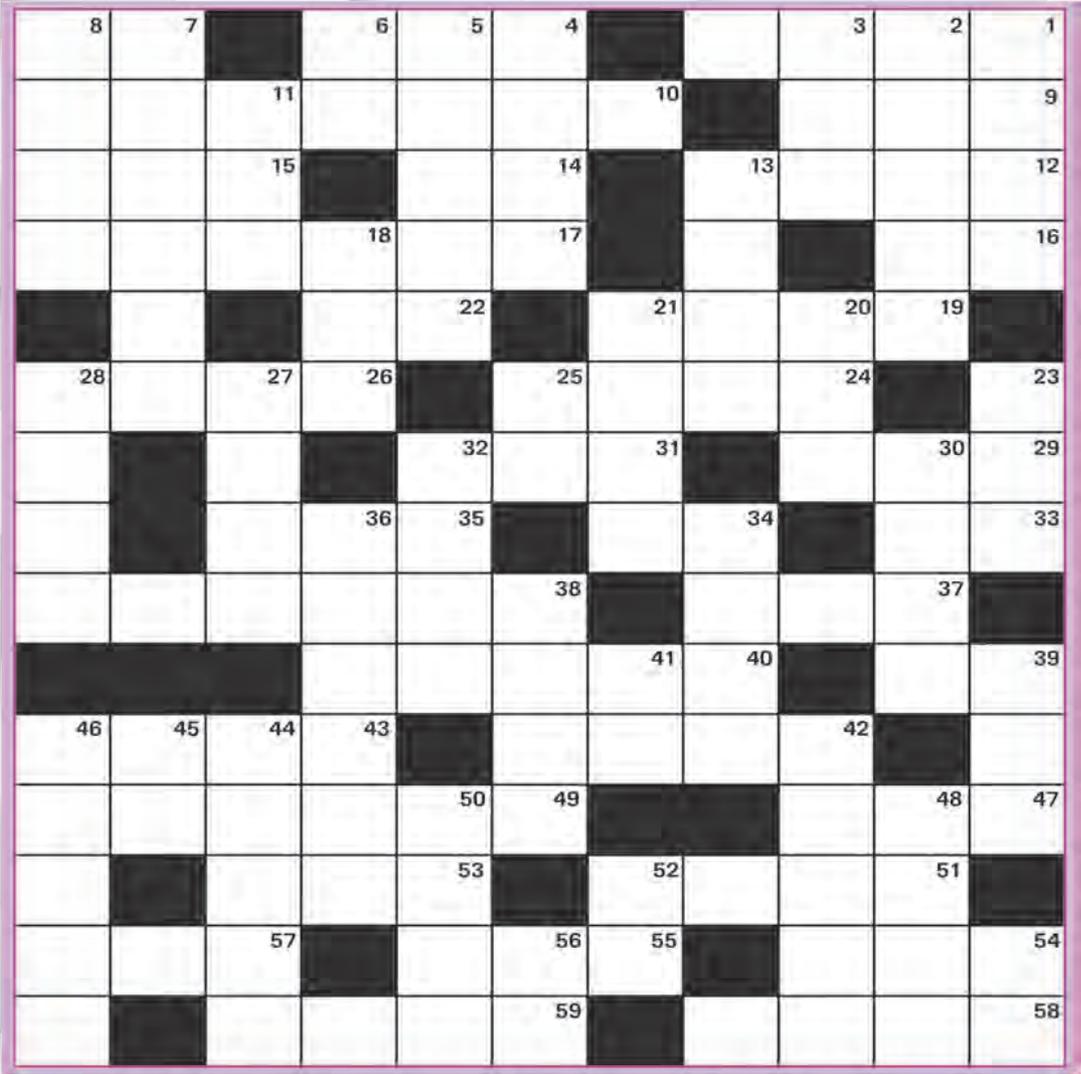
\* כרטיסיה של 10 מפגשים ניתנת לניצול תוך 3 חודשים (מיום הרכישה).

\* מחיר מסובסד לתושבי ת"א 370 ש"ח (620 ש"ח לתושבי חוץ).

\* ניתן להגיע קודם לשיעור ניסיון בעלות 75 ש"ח - בתיאום והרשמה מראש.



# תשבץ



## מאונך:

1. אבל בין הארוחות (בסלנג); 2. פרי מאכל; 3. צמח טרופי ממשפחת הקטניות; 4. צורה הנדסית; 5. זמר ומוזיקאי ישראלי; 6. סופרת אמריקאית; 7. מעובדי הבמה; 8. קומה מתחת למפלס האדמה; 9. אגרטל; 10. דג מאכל גדול; 11. שטח לעגינה; 12. קטף ענבים; 13. מדינה באסיה; 14. הקול שנשמע בעקבות הברק; 15. מנת מזון; 16. מושלך, זרוק; 17. אדם המרבה להפיה בזבים; 18. אמירות במפרץ הפרסי; 19. מחליש את העוצמה; 20. החלק הפותח של הדברים (מארמית); 21. גשום וקר; 22. קיבוץ בגליל עליון; 23. מין עורב; 24. מספר הצדיקים; 25. מאכל מתוק מאטריות קדאיה; 26. פולמוס; 27. אסקופה, מפתן; 28. "שביל" בשיער; 29. ברשותו, בחזקתו; 30. זמר ושחקן ישראלי; 31. מחלקי הרובה; 32. מילת תנאי; 33. מילת שלילה.

## מאוזן:

1. עלים לתיבול תה; 2. צמח קטן הגדל בתנאי לחות; 3. נאיבי; 4. משקה אלכוהולי; 5. שחקן קולנוע אמריקאי בעבר (4,3); 6. ברה; 7. תיקן בשחמט; 8. כינוי רומז לנקבה; 9. מחזאי אירי; 10. ממוציא שפת האספרנטו; 11. הוקם; 12. ישן; 13. אחר הצבעים; 14. היא "התעלה האנגלית"; 15. הוציא מן השורש; 16. מודל; 17. נע על מקומו בחוסר יציבות; 18. קנגורו ספרותי; 19. רוח יבשה; 20. מוסרי; 21. עין נוי, יקרנדה; 22. כינוי לאדם אדיש; 23. סרט ישראלי עם שלישיית "הגשש החיוור"; 24. ספר מאת ג'יימס ג'וליאן; 25. מבני יעקב ורחל; 26. עיר בצרפת; 27. מלך יהודה מצאצאי הורדוס; 28. סופר ציני; 29. מילת שאלה; 30. אורח עברית; 31. ג'מום; 32. מהבת גדולה ועמוקה; 33. מזמון ישראלי בעבר; 34. עד עולם.

# סודוקו

אלכסון

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

קל

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

קשה

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

בינוני

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

# סוד המזלות

תחזית שבועית כללית לילידי כל המזלות

צילה שיר-אל

אסטרוולוגיה ויעוץ משפחתי



## אריה

זה הזמן שלכם לדחוף כמה שיותר בנושאי עבודה כיוון שאתם בדרך להצלחה ולכך שכולם מכירים בערך המקצועי שלכם. אל תצפו שיבינו אתכם ללא מילים ולכן חשוב שתעבירו מסרים ברורים ויציבים לגבי כל מה שעולה על דעתכם. בכל הקשור לבית, עבודה ולמשפחה אתם מעלים עכשיו שלב והילוך ואתם נמצאים בתקופה שבה עליכם להגיע להחלטות חשובות ביחד עם בני הזוג שלכם.



## תאומים

אתם ממשיכים לעבוד קשה ולהוכיח את עצמכם בכל הנוגע לנושאי עבודה, כיוון שיש לכם מטרה להגיע ליעדים גבוהים ולהוכיח את עצמכם על מנת לזכות בקידום מקצועי ובהגדלת ההון האישי שלכם. זה אכן הזמן להראות לכולם את יכולותיכם האישיות. אתם עוברים תהליך שלא נותן לכם מנוחה רגשית ולכן יחסים קרובים יכולים לצאת נפסדים בגלל חלוקת הנטל שאתם מפנים אותה כרגע בעיקר להשקעה בעבודה.



## טלה

בית הקריירה שלכם פעיל ולכן אין יותר מה לחכות לזמן טוב אחר שייגיע – אלא למצות את מקסימום האפשרויות הניתנות לכם בזמן זה. ייתכן ובחודש הקרוב תהיו נסערים מהרגיל בגלל ביקור הכוכב השליט שלכם במקום המסמל את הצורך שלכם בדחוף את הקריירה שלכם קדימה. עובדה זו עלולה לגרום לכם לעשייה מתוך לחץ ועצבנות. תיתכן חוסר סבלנות מצטברת שתגרום לכם לאבד שליטה.



## בתולה

כוכב העשייה ושמו מארס נכנס למקום הקשור אל מקום המתחבר באופן ישיר אל הצורך שלכם להיות בקשר עם הסובבים אתכם ולשתף את כולם בתחום האישי הנוגע לכם ובעיקר במה שקשור ליכולת שלכם להעביר את זמנכם בנעימים על ידי יצירת תחביבים שונים שגורמים למצב הרוח שלכם לעלות. זה בדיוק הזמן הנכון להשקיע את מקסימום האנרגיה שלכם בכל הקשור לפיתוח עצמכם בדרך יצירתית.



## סרטן

נושאי זוגיות ושותפויות עומדים עכשיו על הפרק ונראה שהשותפים לכם לא תמיד חושבים כמוכם ולכן אתם מרגישים תסכול כי כרגע נראה שאתם נמצאים בהתלבטות אישית בין לעשות מה שטוב לכם, לבין ההבנה שלכם שלאחרים לא תמיד נוה להסכים איתכם בנוגע לדרך חשיבתכם. אתם עוברים קשה מאוד ולעיתים קרובות אתם בדילמה מול הממונים עליכם שדורשים מכם יתר על המידה.



## שור

עליכם להיזהר בשבוע הקרוב מהיתקלות עם רשויות בגלל נושאים בירוקרטים שונים. זה הזמן שלכם לטפל בנושאים רבים שלא אהבתם בגלל האנרגיה שהם מוציאים מכם ובכל זאת להתחיל לפתור אותם אחד לאחד, עד אשר תסיימו את כל המטלות שלכם. גם נושאי זוגיות יהיו טעונים השבוע. בגלל הצורך שלכם בקרבה פיזית ולא בטוח שהשותפים לכם בחיים ירגישו כמוכם.



## דלי

השמש בשמיים וכוכב נוסף משמעותי נמצאים אצלכם במקום המקושר עם תת ההכרה ולכן הגיע הזמן שתקשיבו היטב למה שהאני הפנימי מנסה להנחות אתכם, כי זו הדרך הנכונה ביותר עבורכם להביע את רגשותיכם ולהביא את עצמכם למימוש אישי. זוהי תקופה שפחות אפשר לפעול בה, אך בהחלט מתאימה לתכנון, כדי שבהמשך תוכלו להיות מרוצים מהתוצאות של דרך פעולתכם.



## דגים

אתם מנסים לבנות את עצמכם מחדש מבחינה חברתית ואף עושים כל מיני מעשים שהם חריגים לאופייכם הרגיל וכל זאת על מנת שתוכלו להגיד לעצמכם שעשיתם את המקסימום על מנת שבהמשך אף אחד לא יוכל לבוא אליכם בטענות על כך שהזנחתם אנשים שחפצים בקרבתכם. מבחינה אישית זוהי תקופה שבה אתם צריכים להיזהר כיוון שהכוכב נפטון שעדיין נמצא במזל שלכם עלול לגרום לכם לחוסר ראייה נכון של העובדות.



## קשת

אתם נמצאים בתקופה כלכלית שבה אתם מנסים לעזור לעצמכם בדרגים שונות על מנת לממש את תוכניותיכם. אתם יודעים פנימה שהדברים יסתדרו אך עדיין אינכם יודעים כיצד ואתם יודעים שבמקרה שלכם בסופו של דבר הדברים תמיד יסתדרו. זמן רב מדי ויתרתם על עצמכם ועל העשייה שלכם ולכן הגיע הזמן שתיקחו החלטה. אף אחד לא יעשה את הדברים טוב מכם.



## גדי

בתקופה הקרובה ישחק לכם המזל ונראה שלא יהיה יום אחד דומה למשנהו בחייכם. כוכבים משמעותיים כמו השמש בשמיים וכוכב העשייה נמצאים במזל שלכם וגורמים לכם לתקופה של אינטנסיביות משמעותית. הכוכב טטורן שמביא את צורך בלקיחת אחריות נמצא אצלכם במקום המתאים לשינויים בסביבה הקרובה, כך שאם אתם מעוניינים בשינוי זה בדיוק הזמן המתאים לעשות זאת.



## מאזניים

מאחר ואתם מזל שברדך כלל העישייה שלכם איטית ולעיתים אף קשה לכם להגיע להחלטות הרי שעכשיו זה הזמן הנכון לקחת את עצמכם בדיים ולפעול בצורה מחושבת מהירה, וללא היסוסים. כל נסיגה מהמטרות הראשוניות שלכם רק תעזור לאחרים להחליש את כוחכם ולגבור עליכם בניסיון להגיע ראשונים למטרה. אתם תלויים במשפחה הגרעינית שלכם על מנת להגיע להישגים הנכונים לכם.



## עקרב

אתם נמצאים בתקופה מעניינת מבחינתכם בעיקר בגלל כוכב השפע שנמצא בבית השותפויות והזוגיות. זהו זמן של התחלה חדשה וגם מגיעות ההזדמנויות הדרושות להצלחה. כרגע יש לכם קונפליקט פנימי שבו אתם מתלבטים מה הדבר הנכון ביותר לעשות עבור עצמכם. מצד אחד הנשמה דוחפת אתכם לעשייה ולמימוש, ומצד שני אתם מנסים לרצות אנשים קרובים לכם וללכת בדרכם שלהם.

מדור פנאי נוסף  
בעמוד 27

# תשחץ

ירושה	↙	עיתון חודשי	↙	בלש ספרותי		↙	שמן זך	יגון עמוק (4,2)	כדורגל במערך ההתקפה
↘			↖	פשרן				↘	↖
	↖	טבעת באף הבהמה יהוד		שוט להצלפה			ז'קט		אבטחה
		↘	↖	ראשוני, קדמון		קוסמת מהאגדות	↘		↖
			↖	יופי		קידומת הולנדית		↖	סופרת אמריקאית בעבר
מארבע האימהות	הדתות		↖	עיר בירה באירופה		↘	↖	אחד החושים	סמכות לבטל החלטה
↘	↘		↖	עוני שניים		↖	↖	עיר בגרמניה	
	↖	קרקע נישאת חתך בשיניו		בונוס		↖	↖	כוס בעלת ידית גוף שלישי רבים	עוף דורס ממשפחת הניציים
		↘		↘		↖	↖	מין משקה מרענן	כונן
צייר צרפתי			↖	תוך פנים (בארמית) מעצור	פעוט, עולל		↖	מייבש שיער	צינקוגרף
↘			↘		↘		↖	↘	↖
						↖	↖	צדקה בעילום שם (4,3)	אינדקס
	מלחין אוסטרי	אפיקורוס, כופר				↖			
	↘	↘				↖		מין מתכת	סל נצרים
			↖	מין ריקוד מהיר צעיף גדול	כבש מפוסם		↖	ממשחקי הקלפים	
			↖	פוחד			↖	כלי עבודה חקלאי	
									