

# עֵרְבוֹת



המועצה האזורית הערבה התיכונה | גליון 88 | ניסן תש"ף | אפריל 2020

**גיליון מיוחד  
הכולל, בין היתר,  
קישור לסרט "חום  
זבובים ואבקת קסמים"  
למופעי מחול ותיאטרון  
מקומיים ותכנים נוספים  
שינעימו את זמנכם.  
עמ' 37**

## שינוי תודעה

נגיף שלפני שלושה חודשים שמענו עליו לראשונה, שינה את חיינו. בחודש האחרון חיינו מתנהלים כמו בתסריט דיסטופי על מגפה המשנה סדרי עולם. זה לא סרט, אלו החיים, והם ממש ממש שונים ממה שהכרנו. היכולת שלנו להתמודד עם השינויים משתנה מאדם לאדם. אנחנו לומדים תוך כדי תנועה ומנסים לעשות את הטוב ביותר במציאות שהאיום בה לא נראה. גיליון מיוחד, מקוון בלבד, בהתאם לרוח הזמן. שנהיה בריאים.

יערה קניון גילתה שגם  
לדגים יש אישיות  
עמ' 17

אוהד כהן על בחירה בעשייה  
ומעורבות למען הקהילה  
עמ' 15

רועי גילי משתף ומשורר  
על ההתמודדות עם הבידוד  
עמ' 11

## דבר ראש המועצה

שלום לכולם,

מיום שהחל משבר הקורונה, צוות החירום של המועצה החל לפעול על מנת לתת מענה לצרכים העולים מן היישובים ומן התושבים ועל מנת לוודא שהנחיות משרד הבריאות מתקיימות. צוות החירום מתכנס מדי יום ביומו על מנת לעשות הערכת מצב יומית. ההתכנסויות מתקיימות בהתאם להנחיות ולמגבלות. מזל שהמציאו את זום...

המטרה שהגדרנו הייתה לשמור את הערבה נקייה מקורונה. המשמעות לכך היא הקפדה על כל ההנחיות. זה נכון למועצה, לכל המחלקות, ליישובים ולתושבים. זה לא קל. אנחנו רואים לנגד עינינו את הצרכים והקשיים של כולם. לשם כך אנחנו מספקים מענה רחב ומותאם לכולם - לבני הגיל השלישי הוותיקים שאנו מבקשים לשמור על בריאותם ועל השגרה שלהם, לילדים ולנוער, להורים, לעסקים, למשקים החקלאיים, לעובדים הזרים. לכולם.

אלו לא ימים רגילים ואנחנו מנסים לעשות המיטב במסגרתם, למצוא אלטרנטיבות ופתרונות למגבלות. עשינו זאת בבתי הספר בעזרת למידה מרחוק ותקשורת בין הצוות החינוכי לתלמידים, המרכז הקהילה בחוגים שהותאמו למציאות החדשה, בשיעורים ובמשלוחים לגיל השלישי, במענה מקוון של מחלקות המועצה, וכל זאת כאשר אנחנו נאלצים להוציא לחל"ת כמעט את כל עובדי המועצה.

אני מודה מעומק הלב לכולכם על המשמעת והאחריות, לצוותים הרפואיים המסורים שלנו - אתם נכס אמיתי כל אחת ואחד מכם, לצוות החירום האזורי שעושה לילות כימים לטיפול במשבר ברמה האזורית, לצוותי צח"י ביישובים על העבודה והמענה וריכוז הפעילות ביישובים. לעיריית שחר שמנהלת את המערך הרפואי האזורי, אני מבקש להודות באופן מיוחד על העבודה המדהימה שהיא עושה מיום שהחל המשבר. תודה גדולה לדורית לוביש העומדת בראש צוות השירותים החברתיים על המענה והטיפול המקצועי בימים מורכבים אלה ותודה רבה לנדב אילון קב"ט המועצה שסיים בשבוע שעבר את תפקידו לאחר 3 שנים של עבודה מעולה. אני מאחל הצלחה לנדב בתפקידו החדש ולאורי לב המחליף אותו, אין ספק שהייתה לאורי חפיפה מאוד אינטנסיבית.

תודה לצוות עובדי המועצה ולכל צוותי החירום.

השבוע נתכנס כולנו לציין את ליל הסדר במעגלים משפחתיים מצומצמים ובניגוד למסורת המוכרת. נעשה זאת בהתאם להנחיות ועם אופטימיות מסוימת. נעשה זאת מתוך הבנה שמשברים קשים ככל שיהיו הם חלק מהחיים ושעלינו לצמוח ולהתגבר גם מהמשבר הזה. זה לא ייקח ארבעים שנה ואנחנו לא יוצאים מעבדות, וכשכל האירוע החריג הזה יסתיים, החיים שלנו ייכנסו למסלול חדש ויחד, באמת יחד, נצליח להוביל את מהלכי היציאה והצמיחה הנחוצים לשיקום הכלכלי והתודעתי שיידרשו בחקלאות, בתיירות, בעסקים הקטנים, במסגרות החברתיות והקהילתיות. נעשה זאת יחד. נעשה ונצליח. אני מאחל לכולם חג שמח.

**אייל בלום,**

**ראש המועצה האזורית הערבה התיכונה**



## תוכן עניינים

2	דבר ראש המועצה
3	מועצה בימי קורונה
8	חוסן

## כתבות

11	מבודד, חוויות מהבידוד
15	סל של סנטימנטים, סולידריות רב-דורית
17	גם לדגים יש אופי, מחקר מפתיע בדגי זברה

## מדורים

20	אישון במדבר
21	עשינו עסק
22	ללוש
24	אבנים מתגלגלות
27	אומרים שהיה פה שמח
28	עת לכל חפץ
30	שירה
31	חיים ברשת
35	המוח: חידות ותשבצים
37	קישורים ותכנים נוספים

## עורכת

רינת רוזנברג  
**עריכה לשונית**  
צופית לדרגרבר  
**עריכה גרפית**  
סטודיו ערבה  
**מו"ל**

המועצה האזורית  
הערבה התיכונה

## צילום שער

אילוסטרציה תלת ממדית  
של נגיף הקורונה

**אין המערכת אחראית  
לתוכן המודעות**

**כתובת ליצירת קשר**  
rinat@arava.co.il

**לפרסום מודעות בעיתון,  
צרו קשר**  
traffic@arava.co.il  
נועה 052-4260888



לכל המידע בנושא <<

## ערבה בימי קורונה

### בריאות

#### שומרים על ההנחיות

כבר קרוב לחודשיים שאנחנו נמצאים ב"זמן הקורונה". מדי יום המציאות שלנו משתנה לנוכח הגבלות והנחיות חדשות. זו סיטואציה מורכבת. מדיניות המועצה בנוגע לאופי ניהול האירוע מראשיתו, נעשית בשיתוף מלא ובעצה אחת עם הצוות הרפואי האזורי. המדיניות היא לנסות עד כמה שניתן לשמור על שגרת חיים תוך שמירה והקפדה על ההנחיות הניתנות ממשרד הבריאות. מטרת העל שהצבנו לעצמנו היא לעשות כל שניתן על מנת לשמור על ערבה נקייה מקורונה. עלינו לשמור בצורה קפדנית ואחראית על עצמנו, על יקירינו ועל עתידנו בתקופה מאתגרת זו.

לשם כך אנו פועלים להעברת המידע בצורה עדכנית, שוטפת ומהימנה, בזמינות מלאה של כל בעלי התפקידים ובדיווח יומי והערכת מצב בין המועצה, ליישובים, לפיקוד העורף ולמשרד הבריאות. במידת הצורך אנחנו דואגים להתערב ולקדם טיפול במצבים שונים.

הצוות הרפואי האזורי הכולל רופאים, אחיות, פרמדיקים חובשים ונהגי אמבולנס ממשיך להפעיל את המענה הרפואי בקהילה בצורה רציפה, בפעילות של המרפאות ובמענה לאירועי חירום. הצוותים עושים זאת בשיתוף פעולה עם מד"א, יחידת החילוץ, קופ"ח כללית, המועצה והיישובים. המרפאות ומחלקת הבריאות במועצה מקבלים דיווח שוטף על מספר המבודדים, בדיקות קורונה שנלקחו ותוצאותיהן. אנו פועלים על-פי ההנחיות תוך שמירה על חסיון רפואי.

ככל שהימים עוברים אנו חוששים מהתרופפות ההקפדה על הכללים וההנחיות ולכן אנו רוצים לחזור ולהזכיר:

- אדם המפתח תסמיני מחלה של חום גוף מעל 38 מעלות, שיעול או קושי בדרכי הנשימה - מחויב להישאר בבית ולצמצם מגע עם אחרים עד 48 שעות מרגע ירידת החום.
- בכל עניין רפואי (למעט מקרי חירום) אנו מבקשים להימנע ולצמצם ככל שניתן את ההגעה למרפאה.

- כל מרפאה הוציאה הוראות והנחיות לתושבים על שעות הפעילות ואופי הפעילות. רצוי ליצור קשר טלפוני בכל התלבטות ושאלה.
- כל מרפאה נערכת לחלוקת תרופות עבור אנשים מבוגרים או כאלה הנמצאים בקבוצת סיכון.

**מנהלי המועצה ומחלקותיהם נמצאים בקשר רציף עם הצוותים הרפואיים האזוריים והארציים ועם משרדי הממשלה. הם פועלים בהתאם להנחיות ולהוראות וזמינים לתושבים לסיוע ועזרה.**

כולנו - המועצה, הצוותים רפואיים ואתם התושבים - שותפים לצורך החיוני לשמור על הבריאות של כולנו. אנחנו מבקשים מכל אחד ואחת להישמע ולהקפיד על הוראות וההנחיות המפורסמות באופן רשמי למען ביטחונכם האישי וביטחון יקיריכם.

בברכת בריאות לכולנו וימים טובים,  
**עירית שחר (רווה)**  
**מנהלת גיל שלישי ובריאות**  
08-6592250 | 052-3666171  
iritr@arava.co.il

### חינוך

#### שומרים על קשר

במהלך השבועות האחרונים, צוותי החינוך הפעילו מערכת למידה מרחוק כדי שתהליכי הלמידה יימשכו ויאפשרו מסגרת עבור הילדים והנוער. הצוותים יצרו מערכת של למידה וקשר עם התלמידים והמשיכו בהוראה ובקשר עם התלמידים.

בשבוע שעבר יצאו כל מסגרות החינוך לחופשת הפסח. לנוכח המציאות החדשה והמשתנה תדיר,

צוותי החינוך ימשיכו במהלך חופשת הפסח לשמור על קשר עם התלמידים ולדרוש בשלומם.

אנחנו מצויים כבר שלושה שבועות במציאות של הגבלות ושל דאגה גדולה מפני המתרחש. מצב זה עלול להגביר את תחושת העומס, הלחץ והמצוקה על הילדים ועל ההורים. אנו מבקשים מכם לגלות ערנות ורגישות לקשיים ולצרכים שמתעוררים ולהיעזר בצוותים המקצועיים. להפניה לקבלת לסיוע מתאים בעת מצוקה נפשית ניתן לפנות למוקד לרפואה דחופה

בטלפון: 052-5450777 ואיש מקצוע מתאים יחזור אליכם. אנו מציעים גם מפגשי הדרכה להורים באופן פרטני ובקבוצות בהנחיית פסיכולוגים מהשירות הפסיכולוגי החינוכי ועובדים סוציאליים מהמחלקה לשירותים חברתיים. לפרטים ניתן לפנות לסתיו קרטג'ינר בטלפון: 052-4260842.

לא מתמודדים לבד עם המצב!  
**אלעזר פויכטונגר וצוות החינוך**



צילום: רינת רוזנברג

חלוקת ארגזי ירקות ומתכונים לגיל השלישי

## פעילות קהילתית בתנאים משתנים

הריחוק הפיזי הכפוי הוליד מגוון אפשרויות לפעילות מקוונת, לשמירה על קשר ולעשייה מסוג חדש. משתתפי החוגים, ילדים נוער וגיל שלישי יחד עם המורים והמדריכים מתגברים על מחסומים טכנולוגיים ומשתתפים בשיעורי זום חיים, מקבלים משימות מצולמות לעבודה עצמאית ומשתתפים בפעולות ביישובים. המציאות החדשה כמעט והשכיחה את לוח פעילות האביב שכלל אירועים מיוחדים כמו מופע המחול השנתי, הקונצרט השנתי ואת טיולי וקייטנות פסח. אנחנו מצפים ליום שאחרי, שבו נוכל לשוב להיפגש ולהוציא את התוכניות לפועל.

הפעילות הרבה המתקיימת כעת מתבססת על התנדבותם של חברי הצוות אשר לצערנו נאלצנו להוציא את מרביתם לחל"ת. השיעורים והפעילות המתקיימים הם תרומתנו לקהילה, והם אינם נמנים במכסת השיעורים השנתית. מי מהצוות שמסוגל להתפנות לכך בביתו - תורם את תרומתו לקהילה בערבה, ואנחנו מודים לכולם מכל הלב על כך!

**שגרת החוגים החדשה:** תלמידי התיאטרון והציור משתתפים בשיעורי זום קבועים, הספורטאים מקבלים המלצות כתובות או מצולמות מהמאמנים לשמירה על רציפות האימון הגופני, תלמידי המחול קיבלו הנחיות לתרגול בבית, ומפעם לפעם משתתפים בשיעור חי, צוות דה וינצ'י מפעיל תוכנית מקוונת בקורסים של תיבת ההפתעות, מגלי ארצות, עולמם המופלא של בעלי החיים, מעבדת שיקויים, רובוטיקה ואקולוגיה.

**מחלקת נוער:** בשונה מאוד מהרגיל, בימים אלה מחלקת הנוער מעודדת את בני הנוער להתחבר למסכים. בימי שלישי מתקיימים ימי פעילות תנועתיים אינטרנטיים בכל היישובים. המד"צים יוצרים קשר עם החניכים

ומנחים אותם לביצוע משימות. חברי גרעין עודד שנאלצו לחזור לביתם בהתאם להנחיות משרד הבריאות, החליפו את הפעילות שלהם ביצירת תוכן חדש המתאים לרשתות החברתיות. ניתן לפגוש אותם מפעילים את בני הנוער, מתחזקים את הקשר ומוצאים דרכים יצירתיות להמשיך להיות חלק מחייהם של הנוער בערבה על אף המרחק. הפעילויות מתקיימות באינסטגרם בהתאם ללוח הפעילות שמפורסם באתר המועצה, חלקן מהפעולות משמשות להפגה, וחלקן רציניות כחלק מתוכנית ההדרכה השנתית והן כוללות: פינת בישול, שיעור ספורט, שיעור מדע, תהליך ט', חידוני טריוויה ועוד... (מוזמנים להשתתף: GOARAVAGO\_21).

**סלי בריאות לגיל השלישי:** פרויקט התנדבותי של צוות מרכז קהילה ערבה יחד עם מועצת הנוער האזורית אשר במסגרתו אנחנו קוטפים ירקות ב"חוות בין השיטין", אורזים סלים ומחלקים לבתי הגיל השלישי, בצירוף מתכון מ"המטבח", המתאים לירקות שבסל. המבצע מתקיים בהתאם להנחיות משרד הבריאות להפעלת מתנדבים והוא יימשך עד ליל הסדר בכל פעם ביישוב אחר. זוהי מחווה של שותפות ושמירה של קשר בימים טרופים אלו.

**תשלומים לחוגים:** אנחנו מכירים בהשפעה הכלכלית של המצב על כולנו, אבל מזכירים שהחוגים מתומחרים לפי 30 מפגשים בשנה. אנחנו סופרים כעת כמה מפגשים התקיימו עד כה בכל חוג וחוג. החלוקה לתשלומים חודשיים היא טכנית ואינה משקפת את כמות המפגשים שהתקיימו. אנא המתינו בסבלנות. לא נחייב עבור פעילויות שלא יתקיימו.

**מרכז קהילה הוא לא רק מבנה פיזי, הוא רעיון.**

נמשיך להיות בקשר, וליצור הזדמנויות לתקשורת ולקרבה בתנאים האפשריים.

**אילת להב ביגר  
מנהלת מרכז קהילה ערבה**

**הגיל השלישי:** חברי הגיל השלישי מסתגלים לשגרה החדשה בעזרת כלים טכנולוגיים שמאפשרים לגשר על המרחק. שיעורים חיים בערבית, תנ"ך וציור בזום מתקיימים באופן קבוע. נשלחות משימות מצולמות שיאפשרו תרגול עצמאי, תשבצים, פסיפס וסריגה, יחד עם ערכות יצירה

ביטחון

סיום תפקיד

חלק מתפקיד הקב"ט הוא להכין את מערך החירום של המועצה, יחד עם כל בעלי התפקידים. לעיתים רחוקות ההכנות שלך עומדות למבחן כמו זה שאנו עומדים בו בחודש האחרון. בהסתכלות אחורה, על החודש החולף, אני יכול לומר שהעבודה שנעשתה הייתה טובה מאוד. יש נקודות לשיפור, תמיד יהיו, אבל מערך החירום האזורי מתפקד מצוין, ואני שמח וגאה על שהיה לי חלק בבנייתו. במהלך 3 השנים האחרונות בתפקיד קב"ט המועצה למדתי רבות על האנשים בערבה ועל האתגרים הרבים הכרוכים בשמירה על ביטחונם. התהליכים שהובלנו בשנים האחרונות משפיעים

לטובה על חיי התושבים. בימים אלה אני מסיים את תפקידי ומחליף אותי אורי לב מצופר. אורי, מפקד יחידת החילוץ, מביא איתו לתפקיד ניסיון רב בניהול אירועי חירום והיכרות עם האזור ועם המורכבויות שבניהול הביטחון בו. בחודש החולף ובצל משבר הקורונה, העברתי לאורי חפיפה על מכלול הנושאים הנוגעים לביטחון וחירום שעליהם הייתי ממונה. אני סמוך ובטוח שאורי ימשיך את העבודה החשובה של מחלקת הביטחון במועצה ויעשה אותה על הצד הטוב ביותר. אני מודה לכולכם על שנתתם בי אמון ועל הזכות לשרת אתכם ולדאוג לביטחונכם. אלו היו שנים נהדרות,

מלמדות מאוד וממלאות מאוד. אם היו אומרים לי שהחודש האחרון שלי בתפקיד יראה כפי שהוא נראה, הייתי צוחק ואומר שמישהו כנראה חי בסרט... אני מאמין שבעתיד דרכינו יצטלבו שוב, ובינתיים, דלתי פתוחה בתפקיד החדש שאליו אני נכנס בימים אלה - מרכז המשק בחצבה. תודה לעובדי המועצה ולאייל בלום העומד בראשה שנתנו בי אמון, סייעו והיו שותפים לשמירת הביטחון והבטיחות בערבה. תודה.

נדב אילון  
קב"ט

ועדה חקלאית

תורמים תוצרת

נגיף הקורונה תפס את חקלאי הערבה בשיאה של העונה החקלאית, בדיוק בזמן שמחירי התוצרת אמורים היו להיות גבוהים לקראת חג הפסח.

סגירת המסעדות, בתי המלון והשווקים הפתוחים פגעו בנו, חקלאי הערבה, במידה רבה. בהתאם למגבלות ולהנחיות של משרד הבריאות רוב התוצרת מופנית לרשתות השיווק. במקביל יצוא הפלפל נמשך בתנאי

אי-ודאות גדולים. אנו פועלים בכל דרך לשמור על הערבה נקייה מנגיף הקורונה. העובדים הזרים החיים איתנו והם חלק בלתי נפרד מאיתנו, מבינים היטב את משמעותו של המשבר העולמי. ההנחיות והמגבלות החלות עלינו, חלות גם עליהם, חשוב להמשיך ולעדכן אותם ולערב אותם בכל המגבלות.

בעיתות משבר אנו עדים לכוחם ושיעור קומתם של אנשים, וכך על אף שהמציאות הקשה אינה פוסחת על חקלאי הערבה, הם בוחרים לתרום מתוצרת הערבה למשפחות נזקקות. מעשים כאלו מבליטים את נכונותה של הערבה כקהילה וכפרטים להיכנס מתחת לאלונקה ולתת מכל הלב. מאחל לכולנו ימים טובים ובריאים ושנחזור במהרה לשגרה.

אורן קורין  
יו"ר הוועדה החקלאית



צילום: אורן קורין

העמסת תוצרת חקלאית לתרומה

תיירות

נערכים ליום שאחרי

צונאמי אדיר שוטף את הכלכלה והתיירות בעולם כולו וכך גם בערבה, מה יהיו ההשפעות של המשבר על הביקוש וההיצע בתיירות העולמית? מהם התרחישים המרכזיים לצמיחה מחודשת של תעשיית התיירות ביום שאחרי? עוד מוקדם לדעת. עסקי התיירות בערבה סגרו את פעילותם כבר באמצע מרץ מתוך הבנה כי קיים איזון עדין בין שמירה על בריאות הקהילה לבין המשך הפעלת מתחמי תיירות. ענף התיירות ישנה את פניו אחרי שיסתיים המשבר. אני מאמינה כי צעדים ראשונים של התאוששות יבואו לידי ביטוי בתיירות הפנים. עד אז יהיה לנו זמן חשוב ומשמעותי להיערך מחדש לפתיחת השמיים לתיירות מחו"ל.

משרד התיירות פרסם אתר הכולל קורסים שיסייעו בניהול משבר הקורונה ובהכנות ליום שאחרי. [לחצו כאן לאתר](#)

מירב עמית  
מנהלת תיירות

מרכז המשתלמים

משתלמים מרחוק

בהתאם להנחיות ביטלנו את הלימודים במרכז המשתלמים בספיר ועברנו ללמידה מרחוק. כל הסטודנטים ממשיכים ללמוד בתוכנית בעזרת מערכת מקוונת עם המורים והמרצים במרכז המשתלמים. אנו שומרים על קשר יום-יומי עם כל הסטודנטים ועם החקלאים ונותנים מענה מידי בכל סוגיה. משימתנו הראשונה היא לדאוג לשלומם של משתתפי התוכנית ולהוריד את מפלס החרדה. בשל הקושי לגייס בימים אלה מועמדים לתוכנית לשנת הלימודים הבאה - פנינו למשרדי הממשלה המעורבים בפרויקט בבקשה להאריך את תקופת השהות של הסטודנטים בארץ עד לסוף אוקטובר. מהלך זה יותיר לנו זמן להשלים את תוכנית הלימודים שהחסרנו ולהיערך לקליטת המחזור החדש. בד בבד אנחנו משקיעים מאמצים למציאת פתרונות שיתאימו לחודשי הקיץ. בתקווה שנשוב במהרה לשגרה מבורכת.

חני ארנון  
מנהלת מרכז משתלמים

הנדסה ובינוי

מענה מקוון וטלפוני

מרבית התהליכים הסטטוטוריים הניתנים בוועדה המקומית לתכנון ובנייה עברו בשנים האחרונות לפעילות מקוונת המאפשרת קידום שלהם בטלפון ובמייל. היות שכך, אנו יכולים להמשיך לתת מענה לציבור גם לנוכח המגבלות וההנחיות שניתנו. הוועדה יכולה להמשיך ולקדם את מרבית הנושאים שבתחום אחריותה גם בימים אלה.

בתחום ההנדסה אנחנו מצליחים לקדם את רוב הפרויקטים תחת ההגבלות - מרבית העבודות הקבלניות יכולות להתבצע במסגרת המגבלות וכך גם עבודות התכנון.

השירות לתושב ניתן בימים אלו בטלפון בלבד. אנו עושים כל שניתן על מנת לספק את השירות הטוב ביותר במגבלות האפשר.

כרמל הר-גמליאל  
מהנדסת המועצה

שותפות ביחד ערבה-אוסטרליה

היערכות בעקבות הקורונה

נגיף הקורונה המצוי בכל מקום מסביב לגלובוס, העובדה שהשמיים נסגרו, הביאה אותנו להבנה שיש לנו משימה חדשה למצוא את הדרך המתאימה לשמירה על קשר עם הקהילה היהודית באוסטרליה. גילינו שבתקופה זו שותפות ביחד Partnership2gether, חזקה ונחוצה יותר מתמיד, מתנדבי וחברי השותפות יזמו והובילו תוכניות לחיזוק ושמירת הקשר, לדוגמת פרויקט Shine a light 2 gether. מטרתו של הפרויקט

הוא להאיר בנקודות אור קטנות את השגרה החדשה והלא מוכרת. תמיכות בשנת 2020: גם השנה השותפות צפויה להשקיע בערבה כ-300,000 דולר בתחומי פיתוח אזורי ואסטרטגי, פיתוח עסקי ופיתוח קהילתי וחברתי. לנוכח ההשבתה של המשק, והיות שמדובר באירוע מתגלגל, שאין עוד יכולת לאמוד את השפעתו קצרת הטווח וארוכת הטווח, החלטנו לפצל את תהליך אישור הפרויקטים הנתמכים השנה לשני שלבים:

- ברבעון הראשון
- ברבעון השלישי

כך תתאפשר הגשת הצעות לתמיכה בפרויקטים בהמשך השנה לאחר בחינה והבנה של התהליכים והצרכים במציאות שנוצרה. צוות שותפות ערבה בודק כיצד ניתן לסייע בערבה ומה יהיו המשימות שלנו ביום שאחרי. בשיתוף פעולה עם נציגים של הסוכנות היהודית אנו ממתנים לקבלת אישור לפתיחת קרן חירום לעסקים קטנים וזעירים בכל הארץ.

בברכה,

היא-לי בלוך-עשת

ממונה שותפות ביחד, ערבה-אוסטרליה של הסוכנות היהודית

## התגייסות אזרחית

מאמצע מרץ, מצאנו את עצמנו - מכינות הערבה - תחת הנחיות חדשות שהבהירו לנו שאת שנת המכינה לא נוכל להמשיך במתכונת רגילה. החניכים חזרו לבתיהם. בתחילה קיוונו שישונו לערבה, אך התבדנו. ההנחיות השתנו ללא הרף וכך מצאנו את עצמנו מתרגלים למציאות חדשה שחייבה אותנו לחשוב מחוץ לקופסה. איך לנהל קשר ולהיות משמעותיים עבור החניכים, כמו גם איך להיות משמעותיים עבור החברה הישראלית. אחרי בחינה נוספת, נקראנו על ידי משרד הבריאות והחינוך, לצאת ולקחת חלק במשימות החיוניות שנבעו מהמצב החדש. מכינות הערבה - עין יהב ופארן, הובילו 4 קבוצות של חניכים לעבודה חקלאית תחת ארגון 'השומר החדש'. החניכים שותפים לקטיף ההדרים בקיבוץ דברת וביישוב כנף שבגולן. לעשייה החקלאית הצטרפה מכינת חצבה, שעובדת בקיבוץ כפר עציון בנטיעת עצי דובדבן.

בהמשך, לאחר פנייה שהגיעה מעיריית דימונה, מכינות הערבה פתחו חמ"ל של ארגון 'לב אחד' בדימונה. 35 חניכים מחלקים מנות מזון ל-700 קשישים ברחבי העיר, מפעילים משפחתונים של הרווחה, דואגים

לחלוקת סלי מזון לפסח ולקניית תרופות. חניכים וחניכות עם לב גדול התרוצצו ברחבי העיר כדי לתת מענה לכל מי שנזקק. העשייה אינטנסיבית, מרגשת ומפגישה את החניכים והצוות עם יופייה של הארץ וגם עם החלקים שלא תמיד נעים להביט בהם, במבט חומל, רך, אכפתי שאומר: הנני! ים ביטון, מדריך במכינת פארן, סיכם את הימים הללו ואת מקומם של חניכי המכינה בעשייה: "כשהתחילו להתבהר ממדי משבר הקורונה התבאסתי גם עליו ועל החניכים שלי, שככה בבת אחת, נקטעת שנת המכינה, שאנחנו פתאום עוצרים את כל התהליך, שאולי לא תהיה פרידה וסיום... ואולי דווקא זה אקורד הסיום הנכון של השנה הזו - סיוע אזרחי. לא כעוד כותרת בשיעור, כנושא של סמינר או כהתנסות במעורבות חברתית".

**חוות בין השיטין:** לאחר עצירת הפעילות התיירותית החינוכית בחווה בהתאם להנחיות, עצרנו לחשוב איך החווה יכולה לתת מענה לצרכים הקיימים בערבה. בתחילה הצענו לתושבים בכל היישובים משלוחים של תוצרת עד הבית. בהמשך פנינו למרכז קהילה ערבה כדי לקדם שיתוף פעולה למען הגיל השלישי בערבה. לשמחתנו הרבה מרכז הקהילה הוביל



קטיף הדרים צילום: באדיבות עמותת בין השיטין פרויקט עם נוער הערבה בעזרת מועצת הנוער, מחלקת הנוער וכלל עובדי מרכז קהילה ערבה שהגיעו לחווה פעמיים בשבוע, התחלקו לחוליות קטנות (על מנת לעמוד בנהלים) קטפו מתנובת החווה, חילקו לסלי ירקות, הוסיפו דפי מתכונים באדיבות "המטבח" של מרכז קהילה ערבה וחילקו אותם לחברי מועדון מופת ולבני הגיל השלישי בבתייהם. תודה רבה מקרב לב לאיילת ביגר מנהלת מרכז קהילה ואליז דאי מנהל מחלקת הנוער שביחד עם מחלקת נוער ומועצת התלמידים יצרו מחווה מרגשת כל כך עבור התושבים. ותודה רבה לצוות החווה מיכל, סמדר, תמר, דן ויגאל.

ביום שני, 6/4, חודש לפני המועד המתוכנן, אנחנו נאלצים לסיים את עונת הפעילות בחווה, מתוך תקווה שאת העונה הבאה נפתח כמתוכנן וללא מגבלות. מקווים לפגוש את כל תושבי הערבה עם משפחותיהם ואורחיהם אצלנו לחווה ייחודית ומהנה החל מחגי תשרי. בריאות לכולם.

אבישי ברמן,  
מנכ"ל



צילום: באדיבות עמותת בין השיטין

חניכי מכינת ערבה בדימונה



# חוסן

יחנוק המלחות

צילום: נינה שחם

## דורית לוביש

**בעקבות התפשטות נגיף הקורונה בארץ ובעולם גואה בקרבנו תחושה של אי-ודאות ושל איום. זוהי תחושה שקשה לשאת לאורך זמן וכל אחד מאיתנו מגיב אליה אחרת. דרך התגובה והכלים שאנו מסגלים לעצמנו לאורך החיים על מנת להתמודד עם תחושה זו, מגדירים את מה שנהוג לקרוא לו "חוסן"**

הקורונה נראה כי הוא מציב בפנינו אתגר חדש שאיתו עלינו להתמודד. מדובר במצב של אי-ודאות שתוצאותיו לא ידועות. מצב כזה מאתגר את ארגז הכלים (החוסן) הבסיסי שלנו להתמודדות. למשל: כיצד ניתן לקוות אם לא ידוע מה יהיה מחר?

אליהם. המשתנים שעליהם נבנה החוסן שלנו הם מגוונים וביניהם ריבוי חשיפות לאירועי דחק בעבר, היכולת להחזיק בליבנו תקווה, יכולות מנטליות, גיל, נוכחות תחושת ביטחון בחיינו ועוד ועוד. אם נחזור לאיום התפשטות נגיף

היום, הגישה בעולם להבנת נפש האדם מביאה בחשבון את ההשפעה של משתנים רבים על הדרך שבה אנו מתמודדים עם אי-ודאות ואיום. מורכב, אך חשוב לדעת כי איכות החיים שלנו מושפעת מאירועי לחץ וטראומה שאנו עלולים להיחשף

## חשוב לזכור!

1. ההשפעה על החוסן שלנו היא דו-כיוונית, כפי שניתן לצמצמו כך גם ניתן להגבירו.
2. הורים לילדים יכולים להיות גורם מתווך וממתן בינם לבין אירועי הדחק ולסייע להם לבסס את חוסנם.
3. בני אדם הם ברי שינוי גם בתוך הסיטואציה - כלומר גם אם אתם מרגישים נטולי יכולת התמודדות, בתוך הסיטואציה עצמה תוכלו לעשות שינוי.

## עקרונות מנחים המסייעים להגברת תחושת החוסן

- גמישות בתפקוד:** אי-ודאות ואיום יוצרים קטיעה. היכולת שלנו לקיים שגרה, המשכיות ורצף, גם תחת המצב המשתנה, מגבירה חוסן. לעיתים הכיוון הפוך. נסו לשמור על שגרה והסיקו מכך תחושת סיפוק שהצלחתם לעשות זאת. יחד עם זאת היזהרו מנוקשות יתר - לא ניתן לקיים שגרה בדיוק כפי שהייתה קודם. קחו פסק זמן להסתגלות ובנו שגרה חדשה המתאימה למצב שנוצר.
- החזרת תחושת השליטה:** אי-ודאות ואיום יוצרים תחושה של חוסר אונים. הקניית תחושה של שליטה תגביר את יכולתנו להתמודד. גם כאן הזכירו לעצמכם שבעת חירום לא ניתן להגיע לשליטה מלאה ויש מרחב לטעות.

## המלצות ודרכים פרקטיות להגברת תחושת החוסן

- הגבירו את חוויית השליטה במידע. בתוך אי-ודאות זורם אלינו מידע רב. החליטו שאתם מתייחסים רק למידע שהוא ודאי, מידע שעליו ניתן להציב סימן קריאה. למשל: ישנם אמצעים ברורים שאותם אפשר לנקוט על מנת למנוע הידבקות! במודע סננו מידע שאינו ודאי.
- הזכירו לעצמכם "מי אתם". עסקו בפעילות שאתם אוהבים, נסו להיות משמעותיים לאחרים.
- במצבי לחץ אנו נוטים להציב סימני קריאה גם בהתייחס לדאגות שלנו הנוגעות למצב. למשל: "צפוי להיות כאן אסון!" עלינו להיות מודעים לנטייה זו ובמודע להסיח את דעתנו. פעילות אקטיבית או יצירתית והרבה הומור הן דוגמאות לדרכים נהדרות לכך.
- "דיבור פנימי" מרגיע אל מול דאגות פנימיות (הורים לילדים יהיו אקטיביים בתיווך להסחה, ובדיבור המרגיע). חפשו את התקווה בניסיון החיים העשיר שלכם, או תנו דוגמאות לילדיכם על אירועים דומים שהסתיימו בטוב.
- היעזרו בכלים להעמקה וחיזוק של החיבור בין תחושות לבין רגשות. לדוגמה, כלים כמו דמיון מודרך או תורת המיינדפולנס מסייעים לבני אדם להקשיב לגוף שלהם ולצרכיו. הקשבה כזו מסייעת לתחושה של המשכיות ושליטה. מצורפים קישורים להעמקה בנושא המיינדפולנס.
- היו סלחנים כלפי עצמכם. אם נסחפתם למחשבות שליליות לעיתים, אל תכעסו על עצמכם. זוהי דרך טבעית לסלק את הדאגות.
- אם המחשבות על דאגות ואסונות מתמשכות והן הופכות להיות טורדניות ומשפיעות על שגרת יומכם ואינכם מצליחים להימנע מכך, שתפו את הקרובים אליכם בכך. אל תהססו לפנות לאיש מקצוע. היום זמין מאי פעם הייעוץ המקוון וגם במועצה שלנו קיימים פתרונות של טיפול וייעוץ זמין.

לסיכום, סמכו על עצמכם, הקשיבו לעצמכם, בהתמודדות עם מצב חדש נדרש אורך רוח. כשצריך, הבחינו גם ביד המושטת לסיוע.

### בברכת ימים שקטים, המחלקה לשירותים חברתיים

ב-7 באפריל 2020 תתקיים להורים הרצאה מקוונת בהנחיית ד"ר אנאבלה שקד. ההרצאה תעסוק בנושא "הורות מיטבית במציאות קיצונית". לרישום להרצאה יש לפנות לסתיו קרטגינר.

המחלקה לשירותים חברתיים בערבה עובדת גם בימים אלה של משבר. אנחנו זמינות לכל עניין בכל יום בשעות 08:00-16:00 בטלפון: 077-6449413.

סתיו | דוא"ל | 052-4260842 | stavt@arava.co.il  
ציפי | דוא"ל | 052-5450595 | tsipi@arava.co.il  
דורית | דוא"ל | 054-6814587 | doritf@arava.co.il

מענה של הדרכה, ייעוץ, תמיכה ושיתוף ניתן באופן מקוון במפגשים פרטניים וקבוצתיים. המענה ניתן על ידי צוותי הטיפול בערבה: השירות הפסיכולוגי החינוכי, המרכז הטיפולי והשירותים החברתיים.

אזרחים ותיקים יכולים לפנות לציפי אמבר בבקשה לייעוץ טיפולי מקוון הכולל עד 4 מפגשים ללא תשלום, ו/או להשתתפות במפגש קבוצתי בנושאים שונים רלוונטיים לתקופה הנוכחית.

הורים לילדים בכל הגילים יכולים לפנות לסתיו קרטגינר בבקשה לייעוץ והדרכה מקוונים עד 4 מפגשים פרטניים ללא תשלום.

# תושבי ובעלי נחלות במושבי ערבה תיכונה

פעולת המועצה לשם הקטנת ערכי הנחלה לערכם היום 200-300 אש"ח, לדעתנו כחברה חיצונית, מדובר בפריצת דרך והישג משמעותי. מערכים אלו נגזרים דמי ההיוון. כלפי ערכים אלו יחושבו (הדמ"ש) באם תחל אכיפה בערבה ולאילו שיש להם חלקות מגורים הקטנות מ-2.5 דונם אך נעשות תב"עות מועצתיות לשם הגדלתם. עד שזה יקרה, מוצע לבצע היוון כעת גם כלפי הנחלה "הקטנה", שכן בכך הערכים מתקבעים.

## ראו

איננו החברה היחידה בשוק וכפי שפרסמה המועצה אתם יכולים לבצע את ההיוון בעצמכם - קיים נוהל וקיימים אנשי קשר ברמ"י. אך באם זמנכם יקר לכם ואינכם בנויים להתרוצצויות ומעקב - **חברת נחלת אבות שהינה הגדולה והותיקה בישראל להסדרות** תוכל הן להסדיר את נחלתכם (היתרי בניה בדיעבד), לפצל לכם מגרש לשם מתנה לצאצא נוסף או כל בן משפחה אחר, לשנות גאומטרית נחלה לשם הסדרת קווי בנין, ללוות את תהליך היוון נחלתכם

## זכרו

ההיוון מקבע ערך ומכניסכם בשערי ההחלטה. נכון, השרות אינו חינמי, שכן עובדים עליו אדריכלים, שמאים, משפטנים וקיים מישהו שינהל את ההליכים הללו עבורכם ומולכם, אך פיתחנו עבורכם **מחיר ערבה ייחודי** וניתן לשלם לנו גם **עד 60 תשלומים** לשם הקלה.

## פנו אלינו לייעוץ חינם

המומחים  
להסדרת  
קרקעות

נחלת  
אבות

החברה המובילה למושבים ונחלות

למבצעים  
הסדרה נחלתית,  
וליווי בכניסה להחלטה  
בדבר היוון -  
הליווי לכניסה  
(מדידה + עו"ד)  
**בחינם !!!**

יהודה - 050-3037211

מענה במשרד בשעות העבודה:

חבי - 04-6227744

להשארת הודעות לאחר שעות העבודה -

\*5278

התקשר לקבל  
רשימת ממליצים

התקשר לקבל  
חוות דעת מקצועית  
והחלטות רמ"י  
העדכניות

ביקור בבית הלקוח -  
חינם וללא התחייבות!

\*5278

היסמין ח א', בנימינה, 3055327  
טל. 04-6227744, פקס. 04-6228886  
www.nachlat-avot.co.il

חברת נחלת אבות - החברה הגדולה והוותיקה בישראל למושבים ונחלות בעלת מוניטין רב שנים, בעלת צוות מקצועי הכולל אדריכלים מומחים בתכנון והובלת תב"עות במושבים, שמאים, רו"ח, יועצים כלכליים ושדרה ניהולית.

חמישה ימים בבידוד – מרגיש קצת  
כמו מצורע  
אבל האמת שכדיל זה עסק לגמרי  
לא רע

קצת כמו תינוק:  
לא צריך לבשל  
לא צריך לטפל  
לא צריך לנהל  
(אולי קצת מרחוק)

אבל כלום לא בוער לי, לא ממהר  
מנהל תצפיות על תרנגולות בחצר

יש לי בלי עין הרע פנאי  
אבל רבאק, כולה חזרתי מסיני

לא מאיראן, לא קוריאה, לא סין  
לא הולך לי עם בין השיניים סכין

ואנ'לא רוצה לעורר מהומה  
סה"כ אזרח – אזרח ממושמע

גוגל scholar עובד דווקא  
יפה מאוד,  
כותב מאמר פופולרי על מגפות

לא ברורות העובדות, טענות  
מופרכות  
צריך הוכחות, הוכחות חותכות

החוקרים רבים, מתעקשים,  
מתכתשים  
בטלוויזיה רואים אנשים מתעטשים

בעולם משתוללת המגפה  
ממצרים תגיע תיכף סופה

אני לא הטיפוס של סרטי בנות  
אבל לא בא לי טוב גם סרטי אסונות

אופטימיות היא הנשק שלנו הרי  
ואני חושב כבר על היום שאחרי

מה נדע להבין מה נלמד ונשפר  
הרי תמיד יכול להיות גרוע יותר

יותר נצחק, יותר נחבק (כשאפשר  
יהיה כבר לחבק) יותר נאהב  
יותר נעריך את מה שעכשיו

וניזכר במה שהיה עכשיו ופעם  
ובימים האחרים  
ונהיה... סתם ככה – יותר מאושרים.



# מבודד

רועי גילי

"הפעם אני מביאה איתי משהו חדש, שאתם לא מכירים חברה הרסנית עם ווייב קטסטרופלי ויצר הדבקה של עשר בריבוע אקספוננציאלי משהו שמתמש במה שבניתם - אתם ברשתות התקשורת שלכם את החשש, את הדיכאון, את הפחד, את האימה אני מפיצה ביניכם בלחיצת כפתור, אני מכונת מלחמה!" אני לרגע שותק שוב מסתכלים אחד לשני בלבן של העיניים משהו מפשרי בינינו בינתיים תראי חברה אני אומר לקורונה (בנימה יותר מפויסת) זה נכון נראה לי שאת נקודות החולשה שלנו את בהחלט תופסת. תראי, את לא חברה שלי (lets face it) אבל בגלל שנהיינו קצת מכרים בואי נשים את העניין על השולחן - נהיה יותר ברורים: את והחברה שלך - הפחד או האימה או איך שלא קוראים לה לגברת לא נהיות יותר צעירות וגם תחושת הכוח שלכם בסוף מתפוררת אנחנו מסתכלים כבר כמה זמן אחד לשנייה בלבן של העיניים ואני רואה איך פתאום יש בך משהו קצת... אנושי (מוזר להגיד את זה) ובינתיים... יש לי איזה מין הלך רוח נבואי כזה וקר וחם

## בלבן של העיניים

מסתכלים אחד לשני בלבן של העיניים הקורונה ואני יחד בבידוד בדרך לשבועיים היא נכנסת לי למחשבות ביום ובלילה ובזמן השינה לא נותנת מנוח לרגע - בת זונה!  
"יש לי את זה", היא אומרת - "אתם כבר שם תראה מה עוללתי בחודשיים וחצי לתרבויות האדם ואני במין הלך רוח נבואי כזה ואפוקליפטי תיכף אני לוקחת אתכם כולכם תמותו איתי"

תראי אני אומר לה לא מפחד כלומר קצת פוחד זה מובן על הכלכלה ועל מי שחלש ומבוגר ועל כל מה שבנינו כאן אבל כחובב היסטוריה (זו אצלנו במשפחה הפרעה) חייב להגיד לך שראינו כבר מחזות זוועה במגפה השחורה, בשפעת הספרדית, באבולה, בדבר שלושים אחוז תמותה מתים התגוללו ברחובות אבל בסוף היה בסדר כלומר לא לגמרי בסדר - היה נורא ותחושות כאלו של סוף העולם אבל בסוף קוממנו ותיקנו ובנינו "הן זה" (אמר קהלת) - "כל האדם".  
"תראה חבר", היא מחייכת (נהיינו כבר חברים...)

ב-7 במרץ 2020 חזרתי מסיוור של כמה ימים בסיני. העולם שאליו חזרתי לא היה אותו עולם שממנו הגעתי, בהלת הקורונה ורוחות של פחד וניכור נשבו בצידו הישראלי של מעבר הגבול בטאבה. שלושה ימים לאחר מכן התבקשתי רטרואקטיבית, כמו כל השבים ממצרים, להיכנס לבידוד (שלושה ימים הרווחתי בעולם החופשי). גם מזג האוויר החליט להשתגע ואווירה ברורה ומובהקת של סוף העולם השתלטה על כולם. זה היה הרגע להחליף קריירה ולנסות משהו חדש, רגע לפני הסוף, אבל מכיוון שהייתי בבידוד לא היה מי שילמד אותי גיטרה (תמיד רציתי), וגם להירשם ללימודי רפואה כבר היה מאוחר, לכן החלטתי לפצוח בקריירת משורר "פואטרי סלאם" - שירת רחוב - והקטע הזה היה הראשון שהצלחתי להפיק בליל הסערה של 12 במרץ 2020.

חווית הבידוד ואפילו בידוד "דה לוקס" כמו זה שלי בצמר פרטי עם הרבה טבע מסביב, איננה חוויה פשוטה כשהעולם מתפרק סביב. השלמתי חובות, כתבתי והשתדלתי לשמור על שגרה ואופטימיות. אבל הקורונה ושלה המחשבות האפוקליפטיות שהביאה איתה לא נתנו לי מנוח, שתיתי יותר מדי קפה, ראיתי יותר מדי חדשות ולא כל כך הצלחתי לישון. כולם נעשים פילוסופים, משוררים והוגי דעות בימים טרופים אלו, וגם עליי לא פסח הטרנד הזה. את הקטע הזה כתבתי ביום הבידוד השביעי שלי:



צילום: מתוך ויקימדיה  
ערבות | ניסן תש"ף, אפריל 2020

## חיוך

אבל כמה דברים נדמה לי  
שהבנתי יפה

וקראתי שהמחלה הזאת היא  
בכלל משהו מוסרי – אתי  
וזה מגיע לנו ומסמן לנו משהו  
וכל הממבו ג'מבו הזה הפואטי

אבל למיטב הבנתי אין בה  
בכלל שום דבר אתי או  
אלטרואיסטי  
אלא דווקא מנגנון מאוד  
אכזרי שפוגע בתשואים  
ובחלשים באופן הכי קשה והכי  
דרוויניסטי

ואז למדתי עוד משהו דווקא  
לא מהחומר הרפואי שאליו  
כולנו היום חשופים  
יותר מהטקסטים של מי שחיו  
בימים כאלו, מפחידים וטרופים

זה בקשר להתנגדות החיסונית  
שלנו, בקשר לכדוריות הלבנות  
שבדם  
בלי הבדל דת וגזע ומין ובכל  
מקום בעולם

בסיטואציה שנגזל מאיתנו  
האינסטינקט הכי בסיסי  
להתקרב ולחבק  
פיזית את החולה והחלש  
והבודד ואת מי שהאופק שלו  
מתרחק

אז הכדוריות האלה, הן  
נמצאות בדם אבל הן נמצאות  
גם באויר של הריאות  
ומסתבר שאפשר לשלוח אותן  
אחד לשני – צריך להפסיק  
לפחד מהפחד, להמשיך לחיות

יצא לי משפט קצת מבולבל,  
מה שאני אומר שאם נגזל  
מאיתנו החיבוק וחייבים  
להשאר רחוק

זו ההזדמנות של הדור שלנו  
להישיר מבט ולחייך (ואם  
אפשר גם לצחוק)

”אני שוררתי על הפחד אשיר  
כעת על החיוך  
חייכי נפשי המתייפחת אם עד  
הבוקר יחיוך”

את הדברים האלה כתב מזמן,  
ממש ממש מזמן  
משורר אחד, חכם ורגיש שאני  
נורא אוהב – נתן יונתן

ומכיוון שאני נורא אוהב  
ולפעמים גם חושב שירה  
איכשהו רוח קמה בי ועברה

ופתאום נזכרתי בשורות האלו  
שנכתבו לפני שבעים שנה  
ממש כשהוא והחברים שלו  
הקימו את המדינה

ובכלל לא היה ברור שהיא  
הולכת לקום ומה נהיה  
זה היה בערך פיפטי פיפטי  
בדרך לשואה שנייה

כשקאוקג'י תיכנן עלינו עם  
המופתי משהו עם אחוזי  
תמותה  
שהקורונה יכולה רק לחלום  
עליהם – את הסוף של הסוף  
של שארית הפליטה

ואז ברגעי האימה האלה  
כשהכל מפורר ולא ברור ומעוך  
הם הביטו לפחד בלבן של  
העיניים, דור שלם, צעיר מאוד  
וחסר ניסיון ואולי גם סיכוי –  
ובחרו בחיוך

עכשיו: בלי קשר, בגלל שיש לי  
פתאום באופן מקרי קצת זמן  
ואני עובד קצת פחות  
אז התחלתי באופן ממש ממש  
מקרי לקרוא על... מגיפות

נושא ממש מעניין – אני ממליץ  
בחום לכולם  
הוא אקטואלי ונכון לגבי כולנו  
ורלוונטי בכל מקום בעולם.

היו דברים שלא הבנתי, טוב אני  
לא רופא

(לא, לא התקף של קורונה) אני  
כאילו משקיף על העולם.  
ורואה את האנשים משוררים  
באיטליה מהמרפסות  
ואת הרופאים והאחיות טרוטי  
עיניים והמדענים בחליפות  
הלבנות במעבדות

ובסין, באיטליה בקוריאה  
באפריקה אני רואה אותם:  
האדם הלבן, השחור, הצהוב,  
האדום  
בכאב ובסבל ובמאבק ובחיי  
היומיום

לומדים לחיות איתה עם  
הקורונה ועם האימה וכל  
החברים שלה המפחידים  
ולאט לאט נרתמים שוב  
למשימה הכי פשוטה והכי  
קשה, שאין בילתה – מלאכת  
החיים.

ובחלומי אנחנו שוב מסתכלים  
אחד לשנייה בלבן של העיניים  
(זה אורך איזה רגע או שניים)

טוב – חלאס אני אומר לה  
לקורונה, קחי את החברות  
שלך ועופי מכאן  
והיא נעלמת  
– היי! תודה על שער היורו ועל  
האייטולות שחיסלת באיראן

הומור הוא נוגדן חזק ויעיל לייאוש  
ולחרדה ומאוד אהבתי לקרוא את  
המי"מים הנחמדים שנכתבו בראשית  
ימי הקורונה ובתקופת הבידוד שלי,  
מקווה מאוד שמשוהו מזה יוסיף וילך  
איתנו.

בתקופת הבידוד התגעגעתי לקולות  
אדם ומצאתי נחמה רבה בשיחות  
טלפון, בקריאה ובכתיבה, התכתבתי  
עם קולגות, ארכיאולוגים ישראלים  
וספרדים, על מגפות בארכיאולוגיה,  
קראתי מאמרים ובעיקר תנ"ך ושירה  
בניסיון למצוא מזור לכל הבלגן  
שהתרוצץ לי, כמו לכולנו בימים  
אלו, בנפש. יום לפני תום הבידוד  
כתבתי את הקטע הבא:

והאוויר נשאב מהריאות והכל  
נראה חסר תקווה ותקנה  
ונוראי ושביר  
ואני מחפש נקודת אור אפילו  
משהו קטן  
ומנסה לחשוב על הדור שלו,  
של נתן יונתן

ואז כשהיא מכבה לי את כל  
האורות פתאום אני מסתכל  
מעבר לה ורואה משהו ואומר  
לה: תראי  
וזאת נעמי שמר שמדברת אלי:  
"עוד יש מפרש לבן באופק",  
היא אומרת, "מול ענן שחור  
קודר - כל שנבקש לו יהי"

ואני פתאום באמת חושב על  
הבאסה, על הדור שלנו, של  
הילדים ושל ההורים שאכל  
אותה בגדול  
בגלל איזו שפעת משודרגת  
וסיני מפגר אחד שלא מצא לו  
משהו אחר לאכול.

ופסח מתקרב ו"בחלונות הערב  
אור נרות החג רועד"  
והמורל שלנו ועם מה שהוא  
הולך להתמודד  
זה נכון לכולנו יש כאלו  
מחשבות והיא רואה אותן זה  
ברור

טוב אז יש לי חזיונות בזמן  
האחרון (כבר אמרתי) ואני  
מדבר עם הקורונה באופן די  
מחזורי  
אז אחרי שהבנתי את זה,  
כשישנתי, היא התקרבה אלי  
ממש ממש עם הראש שלה,  
החייזרי

ויכולתי להרגיש כמו מו בהארי  
פוטר כשסוהרסנים באים,  
האוויר נהיה סמיך ומתקדר  
"ומה שאתה אומר כבר כמה  
ימים" היא אומרת: "זה לא  
הכל, יש מחשבות שעליהן  
אתה לא מספר"



ציור: נגה גלילי

המשקעים האלו ואולי לא יחטא עוד  
בחטא היוהרה. היסטוריונים מציינים  
תמיד בהתפעלות את תקופות השגשוג  
שהגיעו בסופן של קטסטרופות גדולות  
וזה, אני מאמין, יהיה גם גורלה של  
מגפת הקורונה שתחלוף ותדשן את  
אדמת ההיסטוריה לשנים טובות  
שעוד יבואו.  
לו יהי.

הזאת יהיה עולם עני יותר בכסף,  
בביטחון ובתקווה. העולם המודרני  
על שלל אמצעי התקשורת והרשתות  
החברתיות כשל בהתגוננות מפני שתי  
מחלות קשות וחשוכות מרפא, בהלת  
העדר והבידוד. הדור שלנו שראה את  
תרבויות האדם בשיא עוצמתן נאבקות  
על חייהן ועל שרידותן כנגד נגיף שאיננו  
יותר משפעת משודרגת יישא איתו את

כשתמה תקופת הבידוד הסתבר לי  
שחקלאות הפכה פתאום למקצוע  
נחשק ודווקא הביזנס של המשוררים  
לא משהו, כך שכנראה אוותר על  
ההסבה המקצועית.

אפשר להוציא אדם מבידוד אבל  
קשה להוציא את הבידוד מהאדם  
כמאמר הקלישאה, העולם שאליו  
נצא כולנו מן הבידוד בתום התקופה



צילום: אילת ביגר

הכנת ארגזי התוצרת לגיל השלישי בחוות בין השיטין. מימין לשמאל: אוהד כהן, כליל ניר, ארן אייל

# סל של סנטימנטים

אוהד כהן

ההתמודדות עם נגיף הקורונה היא נחלת כולם. זה נוגע בכולם, משפיע על כולם וזו מציאות שצריך ללמוד לחיות בה. אפשר לעשות זאת בדרכים רבות. אוהד כהן ממושב עידן מספר על הדרך שבחר.

הזמן ועוד לעמוד במטרות שלך, בעיקר כשמנגד קורץ לך במיוחד להעביר את כל היום ברביצה על הספה ובצפייה בסרטים. אבל הצלחתי להחזיק ולממש את סדר היום שקבעתי עם קצת שינויים והקלות. לאחר כמה ימים כאלו בשגרה קבועה, סגור בבית ורק שומע כל היום את ההתראות על הדרדרות המצב ועל האיסורים והמגבלות החדשות, התחילה לעלות בי תחושה לא נוחה שזה אגואיסטי לנצל את "החופשה" שנוצרה רק לתחביבים ואימונים בעוד שיש אנשים מבוגרים שבגלל המצב תקועים בבתי שלהם ונמצאים בסכנה ממשית. התחושה הזו, המחשבה על כך הביאה אותי להבין שהגיע הזמן לסחוט את הלימון החמוץ של הבידוד הזה ולהכין ממנו לימונדה.

לעשות את מה שרק חלמתי בימים רגילים, אבל מצד שני אסור לי להיפגש עם אף אחד והאופציות הזמינות מאוד מצטמצמות.

**התחילה לעלות בי תחושה לא נוחה שזה אגואיסטי מצידי לנצל את "החופשה" שנוצרה רק לתחביבים ואימונים בעוד שיש אנשים מבוגרים שבגלל המצב תקועים בבתי שלהם ונמצאים בסכנה ממשית**

לאט לאט ניסיתי לבנות לעצמי סדר יום שבו אני מנצל את כל הזמן הפנוי שיש לי ומתאמן, לומד, עוזר במטלות הבית וגם מוצא לי איזה תחביב חדש שלא היה לי זמן אליו בעבר. זה היה ממש לא קל לסדר ככה את

מי אוהד כהן. כמו רוב בני הנוער בערבה, ההבנה שהקורונה היא אינה תופעה חולפת ושהיא משפיעה עלינו, הגיעה אליי באיחור ביחס לשאר מדינת ישראל. מכיוון שרוב היום שלי מתנהל בדרך כלל סביב טיולים בשטח, פק"ל, פויקה ומפגשים חברתיים, השינוי שנדרש היה לי קשה. זה התחיל בכך שהפסיקו את הלימודים ובעקבות כך נותק רוב הקשר עם החברים שאינם גרים במושב שלי. חוץ משיחות וידאו בזום לא תקשרנו או דיברנו בשום מסגרת אחרת... לאחר מכן, ההנחיות הוחמרו והתגברו עד שגם את החברים הקרובים שלי מהמושב אני לא יכול לפגוש. נוצרה סיטואציה קשה ומבלבלת מאוד בשבילי מכיוון שמצד אחד הלימודים וכל האירועים מבוטלים כך שכל היום שלי פנוי



צילום: אילת ביגר

קטיף ירקות לגיל השלישי

ההורים צריכים להעיר אותי בכוח כדי ללכת אליו ולריב איתי עד הלילה שהלימודים חשובים ושאיני לא יכול פשוט לא ללכת לבית ספר כמה ימים... ועכשיו כשקיבלתי את כל הזמן הפנוי האפשרי, אני מבין שבבית הספר חוויתי את רוב החוויות הטובות שלי עם החברים שלי ועם המורים שמזמן הפכו גם הם לחלק חשוב בחיי.

התקווה שלי לא מתמקדת במיגור נגיף הקורונה, כי אני בטוח שהוא ימוגר ויעבור. אני מקווה שאחרי שיסתיים המשבר שפוקד אותנו, נצא מכל האירוע הזה עם מסקנות, עם שינוי תודעתי ועם רצון לשינוי. התקווה שלי היא שאחרי שמשבר הקורונה יחלוף, אנשים יהיו רגישים יותר, יתנדבו יותר והכי חשוב שיבינו שאסור להיות שאננים ושתמיד יש לנו מקום לשיפור בחברה בישראל, מנושאים כמו רווחה ותקציבים ממשלתיים ועד לנושא המעורבות בקהילה המצומצמת שלנו בערבה והיחס בין אדם לאדם.

אני קורא לכל אחד שנמצא בביתו לחפש איך הוא יכול לתרום לקהילה שהוא חי בה, לבני הגיל השלישי ולמדינה בכלל. כבר היום אני רואה בני נוער שעומדים בשערי המושבים לשמור ולוודא שכל מי שנכנס שומר על ההנחיות וההגבלות ומסייעים בכל לשמירה על בריאות התושבים, או על צעירים לפני צבא המצטרפים לעמותות סיוע שדרכם לא רק שומרים על קשר עם אנשים בקבוצות סיכון, אלא גם עוזרים להם בכל מה שהם צריכים. זו לדעתי הזדמנות, דווקא עכשיו בתקופה הזאת, להראות את החוזק, המעורבות, הרגישות והאנושיות שלנו כקהילה.

לבישולים עם הירקות שנקטפו, התחלנו בחלוקה בין הבתים. בכל מושב היו מתנדבים שחילקו את המשלוחים. אני חילקתי את הארגוזים במושב חצבה.

זו הייתה חוויה מרגשת. זה התחיל במבוכה ובחשש מסוים, מבוכה מהתגובה של האנשים שאליהם אגיע, אבל מבית לבית התחזקה בי ההבנה כמה מה שאנחנו עושים נכון וחשוב! האנשים היו כל כך נחמדים. חלקם הציעו לי לשבת לשתות ולדבר, כמובן במרחק של שני מטרים כשאני מחוץ לבית, חלק שאלו מי הוריי ורצו לשמוע קצת מי אני, היו כאלו אפילו שהציגו לי יצירות אומנות שעשו

**אני מקווה שאחרי שיסתיים המשבר שפוקד אותנו, נצא מכל האירוע הזה עם מסקנות, עם שינוי תודעתי ועם רצון לשינוי.**

והראו לי איך הם מעבירים את הזמן. דבר אחד היה בטוח, כולם הכירו תודה לי ולכל מי שעסק במלאכה. התודה הייתה מרגשת בצורה שלא חוויתי בחיים, וזוהי הייתה אחת החוויות היותר מעצימות שאקח איתי בהמשך הדרך שלי בצבא ובמכינה.

מנקודת המבט שלי התקופה האחרונה היא די אירונית - כל חיי רק חלמתי שלא יהיה בית ספר שאצטרף ללכת אליו בכל בוקר ושלא תהיה עבודה ושאוכל לעשות את כל השטויות שרציתי לעשות. אבל דווקא עכשיו הדבר שאני הכי מתגעגע אליו הוא בית הספר, שעד היום הוא נתפס אצלי כמקום מבאס שכל בוקר

בדקתי במספר אתרים וארגונים ודי מהר הבנתי שהעזרה שאני יכול להציע מוגבלת מאוד בגלל המרחק של הערבה. לא התייאשתי והמשכתי לחפש עד מצאתי את הדרך שבה אוכל לתת מעצמי למען אוכלוסיות שזקוקות לעזרה הזו. מצאתי ארגון שמטרתו חיבור בין-דורי בעיתות משבר, ובעזרתו התחיל הקשר הראשוני שלי עם אישה מהגיל השלישי שגרה לבדה בחולון. בכל יום אני מתקשר אליה שואל לשלומה, מעביר לה את הזמן בשיחה, מפנה אותה לגורמים הנכונים שיסייעו לה עם בעיות שבהן היא נתקלת ואף עוזר לה מהבית בפתרונות מרחוק לבעיות שיש לה בתקשורת אינטרנטית.

עברו כמה ימים ואלירז, מנהל מחלקת הנוער, פנה אל מועצת התלמידים והנוער של הערבה שאני חבר בה. הוא ביקש שנציע לבני נוער להתנדב לקטוף ירקות ב"חוות בין השיטין", להכין מארזים של התוצרת ולחלק אותם לכל בני הגיל השלישי בערבה שנמצאים בבידוד ביתם בשל העובדה שהם מוגדרים כאוכלוסייה בסיכון. מייד נרתמנו למשימה. בני הגיל השלישי בערבה הם הסבים והסבתות שלנו, שלי ושל החברים שלי, ושל כמעט כל בני הנוער בערבה.

השתבצתי עם חברים נוספים ליום עבודה. האמת היא שבהתחלה חששנו קצת מהמבוכה שאולי תיווצר במפגש וגם מההוראות המחמירות על כך שאסור להיכנס לביתם ושצריך לשמור על מרחק של שני מטרים כדי לא לסכן אף אחד.

לשמחתנו לא היינו לבד. אלירז, צוות מרכז הקהילה, צוות חוות בין השיטין ומתנדבים מבוגרים שעבדו איתנו עזרו לנו להתמודד עם החששות ועם כל בעיה שצצה וענו על כל שאלה שהייתה לנו. כמי שגדל בערבה יצא לי לעבוד בשדות, אבל העבודה במסגרת הזו הייתה שונה. העבודה נעשתה מתוך רצון לשמח ולהשפיע לטובה על המציאות שחווים בני הדור המבוגר באזור.

אחרי שסיימנו לקטוף את הירקות ולסדר אותם בארגוזים בתוספת מכתב ברכה מהמועצה ומתכונים שיתאימו



# גם לדגים יש אופי

דג זברה

## יערה קניון

כשיערה קניון, תלמידת כיתה י"ב מעין יהב, רצתה לערוך עבודת גמר בביולוגיה, היא לא חשבה שבתוך זמן קצר תהפוך לפסיכולוגית של דגי זברה ותבדוק את מבנה האישיות שלהם. פגישה משותפת עם ד"ר ניבה רוסק-בלום ועם ד"ר עודד קינן ממו"פ מדבר וים המלח שלחה אותה לפרויקט שאפתני שהביא בסוף לתוצאות מפתיעות מאוד...

את הזנבנים בערבה). עודד סיפר שישנם מחקרים רבים היום המנסים למדוד אישיות של בעלי חיים ושהוא וניבה רוצים לנסות ולבדוק אם ניתן לקיים ניסויים כאלו גם על דגי זברה. וכך, את עבודת הגמר שלי כתבתי בנושא: "השפעת גודל הקבוצה בה גדל הפרט על התפתחות האישיות שלו במודל של דגי זברה".

דגי הזברה שעליהם ביצעתי את המחקר נחשבים לבעלי חיים חשובים מאוד במחקרים של התפתחות חולייתנים ותפקוד הגנים שלהם, זאת בשל העובדה שהגנום שלהם רוצף ונמצא שמור מאוד באבולוציה. נוסף על כך, דג הזברה הוא מין חברתי. ניבה, עודד ואני התחלנו לחשוב ולתכנן

שאלה אותי אם אני רוצה להתנסות בעבודת מחקר קצת אחרת, שונה ממה שנעשה אצלה עד כה. עוד לפני שניתנה לי ההזדמנות לחשוב,

**ניבה שאלה אותי אם אני רוצה להתנסות בעבודת מחקר קצת אחרת, שונה ממה שנעשה אצלה עד כה. עוד לפני שניתנה לי ההזדמנות לחשוב, נכנס לחדר ד"ר עודד קינן**

נכנס לחדר ד"ר עודד קינן, גם הוא ממו"פ מדבר וים המלח. עודד חוקר התנהגות של בעלי חיים (בעיקר

ב כתיבת עבודת גמר התחלתי להתעניין עוד כשהייתי תלמידה בחטיבת הביניים ושמעתי על מספר תלמידים שבחרו לעשות עבודת גמר. עבודת גמר היא עבודת מחקר שמונחת על ידי חוקרים ובסיומה מוענקות לכותב העבודה 5 יחידות לימוד לבגרות נוסף על מגמות הלימוד שבחר. אני בחרתי ללמוד במגמת ביולוגיה וכימיה. רציתי להתנסות במחקר מדעי אמיתי ולכן התחלתי בכיתה י"א בתהליך ההכנה של עבודת הגמר. בחרתי לפנות לד"ר ניבה רוסק-בלום ממו"פ מדבר וים המלח היות שהמחקר שהיא עורכת על דגי זברה כמודל לחקר מחלות נראה לי מעניין מאוד. ניבה

הפרט לבין התנהגויות שונות, כך שפרט "אמיץ" יהיה גם חקרן יותר, אלים יותר ופחות חששן מפרטים חדשים בשטח המחיה. לעומתו, פרט ביישן יהיה פחות חקרן, פחות אלים ויותר חששן. סוגי האישיות השונים עוברים "סלקציה תלוית שכיחות" ומגיעים לשיווי משקל אבולוציוני כך שבסביבה שבה יש הרבה פרטים

**השאלה שלי עסקה  
בתחום שמעסיק חוקרים  
כבר שנים רבות. האם  
לגודל המשפחה/קבוצה  
שאליה נולד האורגניזם יש  
השפעה על האישיות שלו  
בהמשך הדרך?**

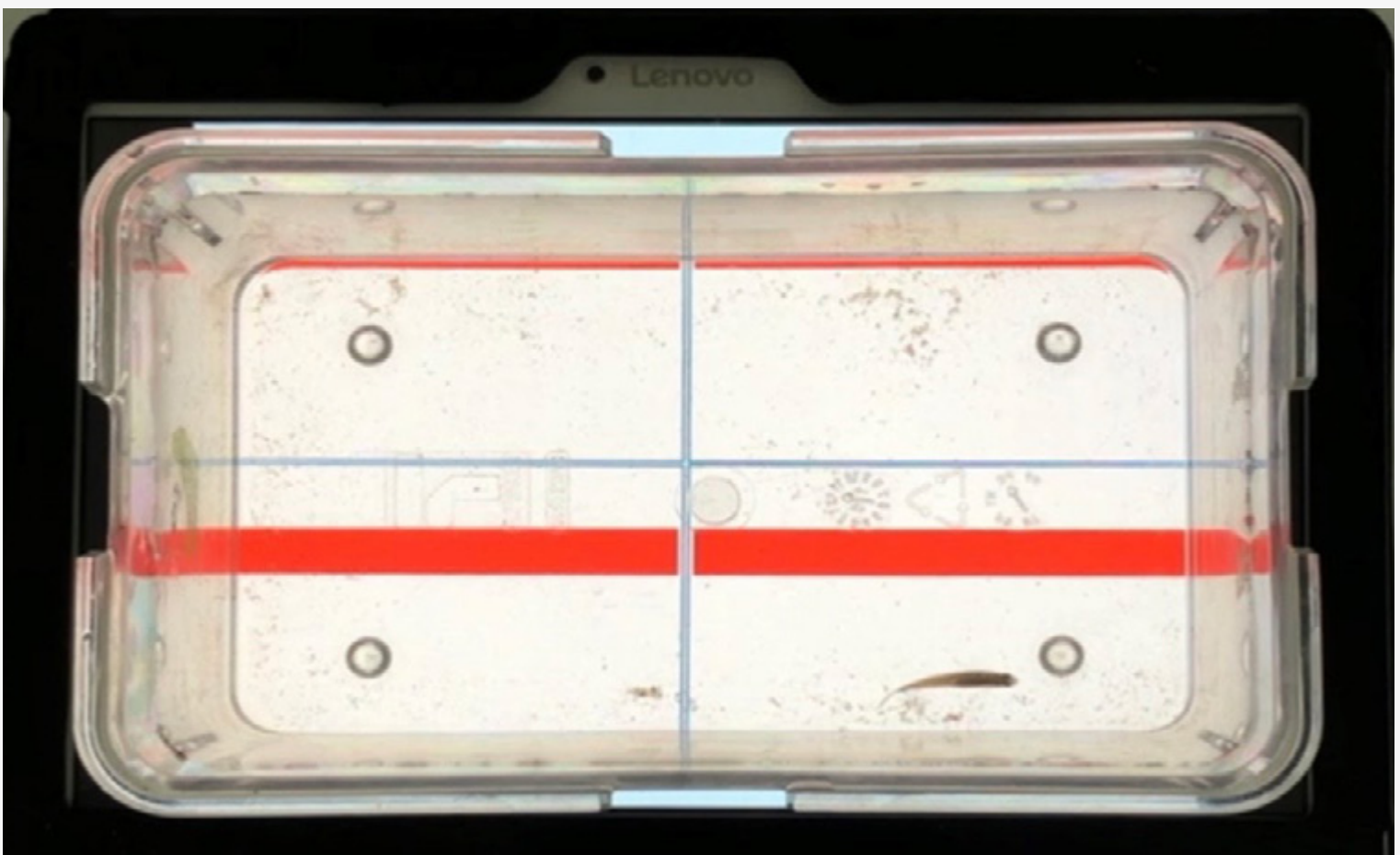
אמיצים (ולכן גם אלימים יותר) תעדיף הברירה הטבעית דווקא את הביישנים שנמנעים מאלימות, בעוד שבסביבה שבה רוב הפרטים הם ביישנים תהיה העדפה לאמיצים (עד להגעה לשיווי משקל בכל אוכלוסייה). כדי למצוא תשובות לשאלות האלו פיתחו מדענים מבחנים התנהגותיים המאפשרים לברר אם האישיות של הפרט היא ביישנית או אמיצה.

מאפס את הנושא שעליו אכתוב את העבודה. לפני שהתחלתי בתהליך של העבודה הזהירו אותי כמובן שזה יהיה קשה ומאתגר ושעלי להיות מחויבת ולרצות את זה כי זה לא פשוט. אך מאז ומתמיד התעניינתי בתחום הביולוגיה ובהתנהגות של בעלי החיים וחשבתי שעבודת הגמר תהיה הזדמנות נהדרת בשבילי להתעמק בנושא שמעניין אותי ושלא נחקר בעבר. עם כל החששות שבדבר, החלטתי לקחת על עצמי את האתגר.

**העבודה מתחילה**

בשנים האחרונות מצאו מדענים שקיימת שונות עקבית בין פרטים שונים מאותה אוכלוסייה בהתנהגויות שונות. שונות זו מתפתחת כבר בראשית חייו של הפרט (בין שהיא מורשת ובין שהיא נרכשת) ונשארת עקבית במהלך סיטואציות שונות בחייו של הפרט. לשונות הזו ניתן השם "אישיות" (personality). מדענים מחלקים את האישיות של פרטים באוכלוסיות בעלי חיים לשני מאפיינים: אמיצים וביישנים (Boldness vs. Shyness). מחקרים רבים מראים כי קיים מתאם בין מידת ה"אומץ" של

השאלה שלי עסקה בתחום שמעסיק חוקרים כבר שנים רבות. האם לגודל המשפחה/קבוצה שאליה נולד האורגניזם יש השפעה על האישיות שלו בהמשך הדרך? לשם כך גידלתי דגים שבקעו בקבוצות בגדלים שונים: בודדים, זוגות, קבוצות של חמישה וקבוצות של עשרה ושל עשרים וחמישה פרטים. כחודש לאחר הבקיעה ערכתי מגוון ניסויי התנהגות על דגים מכל קבוצה. בניסויים בדקתי הימנעות (אם הדגים נמנעים מפס אדום המוקרן בטאבלט ונע בתחתית האקווריום), חקרנות (עד כמה הם מתקרבים לחפץ חדש שמונח בתחתית האקווריום) ותוקפנות (אם הם תוקפים את בבואתם במראה). לצורך העבודה על הניסויים הגעתי למעבדות של המו"פ בכל שבוע, לעיתים אף מספר פעמים בשבוע לתכנן את מהלך החקר ולערוך את הניסויים. העבודה הייתה מאוד אינטנסיבית ומורכבת ודרשה ממני סבלנות רבה ואף היעדרויות משיעורים בבית הספר. כתיבת הרקע המדעי לעבודה, שעליו התבססתי בניסויי שערךתי, כללה קריאה ותרגום של מאמרים מדעיים באנגלית. הקדשתי את זמני ואת כל כולי למחקר ולאחר מכן



צילום: יערה קניון

דג זברה במהלך אחד ממבחני האישיות במסגרת הניסוי

היו קשיים רבים בדרך, רגעי משבר ולחץ של זמן, אך אני באמת מאמינה כי לכל תלמיד יש נושא שבאמת מעניין אותו ומעסיק אותו והוא היה שמח להתעמק בו ולחקור אותו, לא בהכרח בתחום הביולוגיה אלא בכל תחום. אני בטוחה שכשאתם את בית הספר התיכון בעוד מספר חודשים, חלק גדול מהזיכרונות שלי מהתקופה הזו יהיו התהליך שעברתי, הידע שרכשתי, תחושת הסיפוק על כך שהצלחתי לעמוד במשימה שהצבתי לעצמי, ההיכרות עם האנשים שעבדו איתי ועזרו לי והכלים הרבים שצברתי להמשך החיים. ביום הפתוח במו"פ ערבה 2020 זכיתי במלגה ע"ש יאיר גוראון ז"ל, בטקס מאוד מרגש, מכובד ומשמעותי עבורי ושמחתי על ההחלטה שקיבלתי. אני ממליצה לתלמידים שמרגישים שהם מסוגלים לקחת אחריות כזו על עצמם ולא פוחדים מאתגר ומתהליך לימודי ארוך אשר יוצא גם מעבר לגבולות בית הספר, לבדוק את האפשרות הזאת ולהרחיב את אופקיהם.

### הדבר הבא

בסיום שנת הלימודים אלך למכינה ולאחר מכן אתגייס לצבא. עבודת הגמר שעשיתי והתהליך שעברתי העצימו אצלי את העניין והמודעות לתחום המחקר, ואני שוקלת את האפשרות להמשיך ללמוד ולעסוק בו בהמשך.

לסיום, אני מודה לד"ר ניבה רוסק-בלום ולד"ר עודד קינן, מנחי העבודה שלי שלימדו אותי רבות, עזרו והאמינו בי לאורך כל הדרך.

אני מודה גם לצוות מו"פ ערבה וים המלח, לחגית גולדשטיין ולזוזנה גרייפובה כהן על כל הסיוע והכלים שהעניקו לי לביצוע המחקר ולצוות בית הספר שיטיס-דרכא על שהיו קשובים אלי וליוו את תהליך המחקר. תודה מיוחדת לקרן המלגות ע"ש יאיר גוראון שבחרה לתמוך בי ולהעניק לי מלגה, ולמשפחתי שהייתה לצידי והתעניינה בעבודה.



צילום: אלה קניון

יערה קניון

ביישן יותר מדג הגדל לבד וחייב לחקור את סביבתו בעצמו כל הזמן. הדג הביישן לא רגיל לפעול כפרט

### במחקר שביצעתי הראיתי בפעם הראשונה, שלגודל הקבוצה שאליה בוקע הפרט וגדל בה בשלבים הראשוניים של חייו, יש השפעה על גיבוש האישיות שלו בהמשך חייו

עצמאי אלא מהווה חלק מהקבוצה שאליה הוא משתייך. מחקרים הראו כי הדינמיקה הקבוצתית מטשטשת את האישיות של היחיד והמחקר מקשר בבירור בין דיכוי כזה לצורך של הפרט ליישר קו עם הקבוצה כשצריך לקבל החלטות מסוכנות. התוצאות המובהקות והמסקנות היפות עודדו אותי מאוד. כמוכן,

ניתחתי באופן ידני במשך שעות על גבי שעות את הסרטונים שצילמתי על מנת לקבל את התוצאות של המחקר. לאחר שאספתי את הנתונים נפגשתי פעמים רבות עם ניבה ועודד ודנו ארוכות בניתוח שלהם ובאופן כתיבת העבודה.

### התוצאות

במחקר שביצעתי הראיתי בפעם הראשונה, שלגודל הקבוצה שאליה בוקע הפרט וגדל בה בשלבים הראשוניים של חייו, יש השפעה על גיבוש האישיות שלו בהמשך חייו. הראיתי שדגים שבקעו וגדלו בקבוצות קטנות היו יותר אמיצים - חקרניים יותר ותוקפניים יותר מאלו שגדלו בקבוצות גדולות. התוצאות היו מובהקות ונראה כי פרט הגדל בקבוצה גדולה צריך להיות פחות אגרסיבי ויותר "קונפורמי" - משתלב בקבוצה, ולכן יפתח מודל אישיות

# אישון במדבר

אלכס ליבק



מאגר נקרות (עין יהב), מרץ 2020

# עשינו עסק

## מרכז המבקרים ויקב מואה



וניתן לתאם אירועי חברה ואירועים פרטיים במרכז המבקרים.

### רגעי שיא

בכל שנה מתקיימת תחרות היינות הישראלית הנקראת 'טרה וינו'. אנו משתתפים בתחרות בהתאם למלאי היינות ורמת הבשלות שלהם. עד כה היינות שלנו זכו בשלוש מדליות: מדליית זהב לקברנה סוביניון 2015, מדליית כסף ל'שיראז ועוד' 2015 ומדליית כסף לרוזה 2017.

### שאיפות לעתיד

נכון לשנה זו אנו מייצרים 5000 בקבוקים. בעתיד אנו שואפים להגדיל את ייצור היינות ולהרחיב את מגוון היינות הקרים שלנו (המתאימים מאוד לאקלים המדברי). החלום שלנו הוא להנגיש את עולם היין והיינות שלנו לתושבי הערבה - שבכל צימר בערבה יזכו המתארחים ללגום את יינות היקב, שהיין שלנו יימכר במסעדות המקומיות ויילגם בשולחנות ארוחת השישי של תושבי הערבה.

### מוטו

איכות בלתי מתפשרת באווירה ביתית.

את הענבים הוחלט להביא מאזור מישור הרוחות שבמצפה רמון, על מנת לייצר יין מדברי ייחודי שיסמל את דרך הבשמים והמדבר, שמהווים חלק בלתי נפרד מהאזור והמשפחה. הבציר הראשון ב-2015 סימן את ההתחלה המרגשת, פתיחת היקב והדרך החדשה עבור המשפחה. עולם היין הטומן בחובו התחדשות, יצירה ועבודת כפיים הפך לחלק בלתי נפרד מחיי היום יום. המשפחה מייצרת יחד את היין מרגע הבציר, דרך תהליך ההכנה והטעימות ועד מזיגתו אל כוס הזכוכית.



### התנהלות העסק ביום יום

מרכז המבקרים וחנות היקב נמצאים בבית האריזה הישן שבמשק, לצד בית האריזה החדש שבו ממוינים הפלפלים הגדלים בשדות המשפחתיים. במרכז ניתן להתרענן מהשמש המדברית הלוהטת ולטעום את יינות היקב, לצד גבינות משובחות המיוצרות בנגב ותוצרת חקלאית טרייה מהמשק. בייצור היינות מקפידים לתת ביטוי לאופי המדברי הייחודי של הכרם - עומק, עושר ומליחות עדינה. הייצור נעשה בעבודת יד עם תשומת לב לאיכות היבול. בחודשי הקיץ בוצרים את הענבים, ותהליך ייצור ו"התבגרות" היינות נמשך החל ממספר חודשים ועד שנה, בהתאם לסוג היין. במהלך עונת התיריות בערבה אנו מארחים מבקרים ואירועים ביקב, ובמהלך החודשים החמים אנו מתארחים באירועי יין שונים ברחבי הארץ. היקב פתוח מראשון עד שבת בין השעות 18:00-11:00, מומלץ לתאם הגעה מראש

### מי אנחנו

משפחת פרידמן: יהודה, צביה, הילדים - דנה, גיל ובן, בני הזוג והנכדות. הסיפור שלנו מתחיל בשנות ה-80, אז החל לרקום יהודה את החלום להיות חקלאי עצמאי בארץ ישראל. לאחר לימודים בפקולטה לחקלאות ברחובות ובעקבות מכרים, הגיעו ב-1984 צביה ויהודה יחד עם דנה הקטנה לצופר, והקימו את המשק המשפחתי במושב. לאורך השנים גידלו מגוון גידולים שנמכרו בארץ ובחו"ל, ובמקביל התרחבה גם המשפחה.

### איך נולד הרעיון

בשנת 2014 החליטו יהודה, צביה והילדים להגשים חלום נוסף ולפתוח יקב משפחתי קטן. הרעיון היה לשלב את עולם החקלאות האהוב ועבודת האדמה, יחד עם תיירות ותרבות האירוח שהתפתחו בערבה. בית האריזה הישן של הפלפלים, שני מקררי פרחים שעמדו ריקים בעשור האחרון וקורס הכנת יין בסיסי דחפו קדימה את הרעיון לייצר יין בערבה.



### תעודת זהות

יקב מואה  
052-3666095  
יקב מואה MOA WINERY  
moawines.co.il



# ללוש

עוגות ומאפים

חגית שחם



## עוגת גבינה ותותים אביבית

כשמשתמשים בו בכמות גדולה מדי, שאינה מתאימה למתכון. אל תוותרו על הג'לטין הפעם, בלעדיו הקרם לא יהיה יתייצב והעוגה תקרוס. שנתחיל?

### לבסיס (בתבנית סטנדרטית 26)

100 גרם פיסטוק קלוף (או כל אגוז אחר שאוהבים)  
2 כפות (30 גר') קונדיטור (קמח ללא גלוטן **כשר לפסח** - נמצא בסופר) או קורנפלור  
4 (140 גר') חלבונים  
1 כוס (200 גר') סוכר  
500 גרם תותים יפים שטופים

לחג השבועות, אבל בשבועות כבר אין תותים...

לציפוי השתמשתי בשוקולד רובי (מוצר חדש של ספלנדיד). זהו שוקולד בצבע ורדרד (טבעי) שמתקבל בגלל צורת קלייה מיוחדת של פולי הקקאו. הוא שייך למשפחת השוקולד הלבן (אין בו מוצקי קקאו), טעמו מעט חמצמצץ והוא מאוד מתאים לתותים. אבל אם לא תשיגו אותו, בהחלט אפשר להחליפו בשוקולד לבן.

דבר אחרון - במתכון השתמשתי בג'לטין לייצוב הקרם. רבים מסתייגים מג'לטין ומהמרקם שמתקבל

### אני אוהבת תותים!

בעוגה, בריבה, בסלט ירוק, בסלט פירות, עם קצפת או ככה סתם, בקיצור, אם יש בזה תותים זה עושה לי את זה. בשנים האחרונות אנחנו מגדלים תותים על מצע מנותק בחצר ביתנו, לא בצורה מסחרית אבל מספיק תותים כדי שאוכל לאפות ולבשל את כל הפנטזיות התותיות שלי. מאחר שפסח מתקרב נדרשת עוגת רושם שאפשר להביא לשולחן הקינוחים של החג. הכנתי עוגת קרם גבינה, תות ופיסטוק. נכון, בעצם יצאה עוגת גבינה שיכולה הייתה להתאים

## לקרם

2 קופ' (500 גר') גבינה לבנה 9%  
 2 קופ' (500 מ"ל) שמנת מתוקה 38%  
 1 חבילה (100 גר') שוקולד לבן שבור לקוביות  
 $\frac{3}{4}$  כוס (150 גר') סוכר  
 1 כפית תמצית וניל משובחת  
 2 כפיות (10 גר') ג'לטין מושרות ב-4 כפות מים קרים  
 קורט מלח  
**לציפוי**  
 $1\frac{1}{2}$  חבילות (135 גר') שוקולד רובי שבור לקוביות  
 30 גר' חמאה  
 $\frac{1}{3}$  כוס (80 מ"ל) שמנת מתוקה  
 $\frac{1}{2}$  כפית ג'לטין (2.5 גר') מושרה בכף מים

## ולעבודה

אם רוצים להגיש את העוגה בליל הסדר, יש להתחיל בהכנה יום קודם מאחר שהעוגה זקוקה לזמן להתייצבות וקירור.  
 מחממים את התנור ל-180 מעלות. שמים במעבד מזון את הפיסטוקים וקמח הקונדיטור ומרסקים יחד לקבלת תערובת פירורית.  
 במיקסר מקציפים חלבונים במהירות גבוהה, מוסיפים את הסוכר בהדרגה עד קבלת קצף יציב וגמיש. מוסיפים את הפיסטוקים הטחונים ומקפלים בעדינות עד שהם נטמעים בקצף. מעבירים את העיסה לתבנית משומנת, מיישרים ואופים 35 דקות.  
 מוציאים מהתנור ומקררים לחלוטין. לאחר שהבסיס התקרר מעבירים בזהירות סכין סביב השוליים ומרפדים את שולי התבנית בשקף לעוגות (מטרת השקף לאפשר הוצאת העוגה בקלות ומקצועיות מהתבנית - ניתן לרכוש בחנויות מתמחות). בשלב הזה גם מועכים מעט בכף היד את שולי הבסיס כדי לקבל בסיס בגובה אחיד.  
 מנקים את התותים וחוצים לחצי. משתדלים להשתמש בתותים בגודל אחיד, ואם צריך מקצרים חלק מהתותים. את התותים החצויים מסדרים סביב היקף התבנית כאשר הצד החתוך פונה אל השקף כמו בתמונה מטה.

שומרים 3-4 חצאים לקישוט ואת התותים שנותרו חותכים לקוביות.

## להכנת הקרם

שמים את הג'לטין בקערה קטנה, מוסיפים את המים ומניחים בצד לכמה דקות.  
 שמים את השוקולד הלבן בקערה שמתאימה למיקרוגל (שתהיה מספיק גדולה כדי להוסיף אליה את שאר חומרי הקרם). ממסים את השוקולד במיקרוגל בפולסים (אצלי זה לוקח דקה).  
 מוסיפים לשוקולד המומס גבינה, סוכר, וניל ומלח ומערבים היטב במטרפה ידנית.  
 שמים את מסת הג'לטין למיקרוגל וממסים בפולסים, 10 שניות בכל פעם עד קבלת נוזל צלול. מוסיפים את הג'לטין לתערובת הגבינה תוך בחישה נמרצת.  
 שמים את השמנת המתוקה בקערת המיקסר ומקציפים לקבלת קצפת יציבה אך לא מאוד קשה, מוסיפים את הקצפת לתערובת הגבינה ומקפלים לקבלת קרם אחיד. מוסיפים את קוביות התותים ומערבבים בעדינות.  
 שופכים את הקרם

לתבנית ומישרים את פני השטח. מעבירים למקרר למספר שעות להתייצבות (אפשר ללילה).

## להכנת הציפוי

משרים את הג'לטין במים למספר דקות.  
 בסיר קטן שמים את כל חומרי הציפוי (כולל הג'לטין המושרה) ומחממים על אש קטנה תוך בחישה עד שהכול נמס ומתקבלת מסה אחידה. מצננים דקה או שתיים (אפשר לבדוק בזהירות באצבע שהקרם נעים ולא חם מדי). שופכים את הציפוי על העוגה מניעים בעדינות מצד לצד עד שהוא מכסה את כל פני השטח.  
 מעבירים למקפיא ל-30 דקות להתייצבות.  
 מקשטים בפרחי קצפת, תותים חצויים, אוכמניות (אם יש) פרחי מאכל (אמנון ותמר) ופיסטוקים, או ככל העולה על רוחכם.  
 שומרים בקירור עד ההגשה.

## בהצלחה ובתיאבון!



# אבנים מתגלגלות

ארכיאולוגיה ואקטואליה בערבה

רועי גילי

## מגפה

שכותבים את ההיסטוריה), הייתה זו תקופה של שלום יחסי ובעיקר שגשוג למין האנושי שהצליח להדביר עוד ועוד חלקי עולם תחת מרותו וללמוד כיצד לנצל אותם לצרכיו. במהלך ה"שלום הרומאי" הייתה "דרך הבשמים הדרומית" העוברת מערב דרך ירדן למכתש רמון בואך עבדת ועזה פעילה מאוד, השגשוג היחסי באימפריה הרומאית והדרישה לסחורות היקרות (בעיקר בשמים מדרום ערב ככל הנראה) תרמו לעניין הזה, מדבריות צפון ערב, הערבה והנגב היו לעורק החיים הפועם של תהליכי הגלובליזציה בעולם הקלאסי.

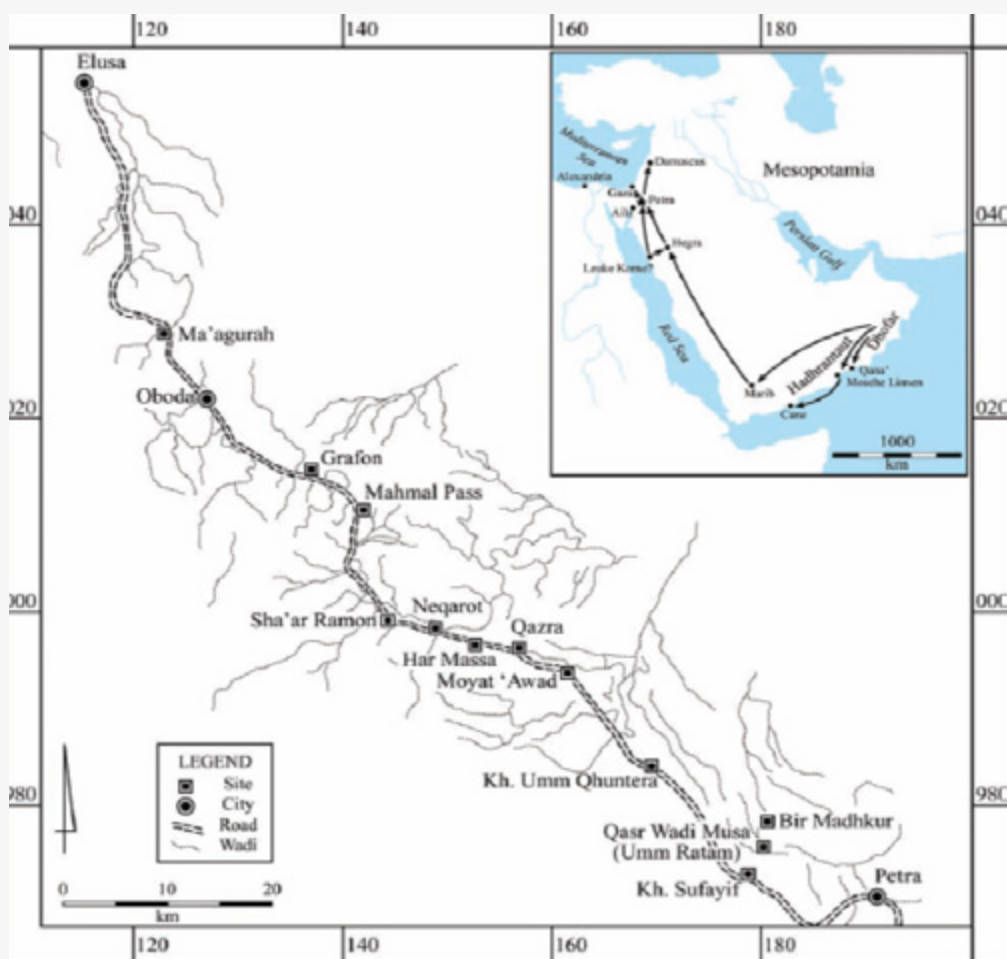
כמה עשרות שנים אחרי תום העידן הזה החלה תקופה המכונה במחקר "משבר המאה השלישית", "האנרכיה הצבאית והמשבר האימפריאלי, (235-284) ... שבמהלכה האימפריה כמעט קרסה תחת שילוב של לחצים, בהם פלישה, מלחמת אזרחים, מגפה ומשבר כלכלי", והציטוט שוב מוויקיפדיה. אילו הן הפרופורציות ההיסטוריות שמגמדות שינויים מינוריים ומעניקות קנה מידה ראוי לתהפוכות הזמן, זוהי גם דרכה הפתלתלה של ההיסטוריה לטלטל את תרבויות האדם ולהזכיר לנו לעיתים שככלות הכול איננו אלא מין ביולוגי.

מרבית העדויות הארכיאולוגיות מצביעות על כך שנטישתן של המצודות לאורך הדרך אכן התרחשה במהלך משבר המאה השלישית ובאופן

והובטחו סחר חופשי ונתיבי תחבורה בטוחים ונוחים", כך מתוארת התקופה הזו בוויקיפדיה.

מי שחי באותם הימים לא ידע שהוא חי בעידן השלום, בכלל לא, לנו היהודים הייתה זו תקופה נוראה - בה סבל עמנו ממוראות תבוסות המרד הגדול וחורבן בית המקדש השני ומרד בר כוכבא. גם ברחבי האימפריה התחוללו קטסטרופות ומלחמות, ובכל זאת בעיני אלו שכתבו את ההיסטוריה (ובדרך כלל המנצחים הם אלו

כמאה וחמישים שנה נמשך ה"שלום הרומאי" (PAX ROMANA) בלטינית). משנת 27 ועד שנת 180 לספירה הייתה זו תקופת רגיעה יחסית ששררה בתחומי האימפריה הרומית ובמושבותיה ברחבי העולם. "הפרובינקיות הרומיות ואזרחיהן השתלבו יותר ויותר במבנה האימפריה, נוצרה אחדות בחיים הציבוריים והפרטיים של תושבי האימפריה השונים, התרחשו תהליכים מואצים של עיור והתפתחות טכנולוגית



גילי ורוי 2013 Excavating the Nabataean Incense Road: 26 מתוך "דרך הבשמים"

כלי החרס הנבטיים לכ-30 שנה בלבד, אך מאחר שהתבססה על הממצאים האלו הייתה ככל הנראה שגויה. לימים נתגלו באזור זועבה שליד ואדי מוסה בתי יוצר גדולים, אלו היו ככל הנראה את המקור לכלי החרס הנבטיים המופלאים שהמשיכו ויוצרו לפחות עד ראשית המאה השלישית.

"צרות באות בצרורות" כמאמר הפתגם, העובדה שמשבר המאה השלישית היה רב-תחומי כל כך וריבוי המשברים שפקד את האימפריה הרומית מקשה על איתור הגורם המרכזי שגרם לנטישתה של הדרך.

### קצה חוט

הסייר הגרמני פריץ פרנק שסקר את הערבה בין השנים 1932-1934 ידע לספר על מצדים נטושים במצב שימור יוצא מן הכלל ובהם כלים "תמימים" (שלמים) רבים לאורך הדרך וגם הארכיאולוג דב נחליאלי שחפר את אורחן מור (המוכר בדרך כלל בשם "מואה") סיפר לי לא אחת על הכלים התמימים והמתקנים שנמצאו תחת שכבות האבק באתרי הדרך הזו.

**אם כן, מה גרם לנטישה המוזהרת והמהירה הזו? וכיצד נותרו האתרים שלאורך הדרך עומדים על מכונם שנים רבות כל כך?**

(הבולט ביניהם דיודורוס סיקליוס מסיציליה, איש המאה הראשונה לפני הספירה שציטט את הירונימוס מארקדיה ופוסידוניוס מאמפימאה). ואולם אין בהם בדברים שנכתבו בכדי לסייע לפתרון השאלות הללו. לארכיאולוגיה יש תרומה מורכבת להבנת הסוגיות הקשורות בקרמיקה הנבטית: הארכיאולוג אברהם נגב שקשר את חייו להכרת התרבות הנבטית וחפר במחצית השנייה של המאה שעברה את עבדת, ממשיית וחלוצה, התבסס בתיארוך המכלולים הקרמיים הנבטיים על בית היוצר שמצא בעבדת והיה לדעתו סדנת הייצור המרכזית לכלי חרס נבטיים. כנער הזדמן לי לבקר בחפירותיו של נגב בעבדת וזכיתי לשמוע אותו מתאר בקולו השליו כיצד מצא בבוקר קיצי אחד את כבשן הכלים הגדול מדרום לשער העיר. ואולם לימים הסתבר שנגב שגה ככל הנראה בפרשנות שהעניק לממצאים שמצא: בית היוצר איננו כולל מאפיינים של מתקן ייצור קרמי וייתכן שהמבנה היה מאפייה ששימשה את מחנה הצבא הרומי הסמוך, שברי הקרמיקה הרבים שנמצאו לידו פונו לשם מאות שנים מאוחר יותר כשהחריבה רעידת אדמה את העיר. כל הטיפולוגיה הקרמית שתואר נגב תיחמה את תקופת ייצור

מעניין מאוד נראה שהיעלמה של הקרמיקה הנבטית חופפת מבחינה כרונולוגית לנטישתה של הדרך. סיפורה של הקרמיקה הנבטית, אדמדמה ומאוירת, דקה כקליפת ביצה וקשה כמעט כאבן, הוא גם סיפורן של אחת התרבויות המפוארות בהיסטוריה של מדבריות המזרח התיכון: במשך כארבע מאות שנה, מאמצע המאה השנייה לפני הספירה ועד אמצע המאה השלישית לספירה, ניהלו הנבטים את המסחר הבינלאומי בדרכי המדבר מדרום ערב ועד חופי עזה והמדבר הסורי. עמוסים בכלים עדיני מראה וחזקים ובסחורות יקרות, כבשו גמליהם את אבק השבילים ואין כמעט אזור במדבריות דרום ירדן, הנגב, הערבה וסיני שבו לא ימצא סייר חד עין את שברי החרס היפים האלו, סימני הדרך שהותירו אחריהם הנבטים.

הכלים שחלקם נועדו לשימוש יומיומי וחלקם לשאת נוזלים יקרים (בעיקר בשמים ככל הנראה) נבנו בטכנולוגיה לא ידועה וגאונית, כך שיוכלו לעמוד בתלאות המסעות בדרכי המדבר הקשוחות מבלי להעיק במשקלם על הגמלים. במשך שנים רבות העסיקו סודותיה של הקרמיקה הנבטית את החוקרים: כיצד והיכן יוצרה, כיצד נעלמה יום אחד ושאלות נוספות. מספר הצעות הועלו באשר לטכניקת העיצוב וההכנה של כלי החרס ואף אחת מהן איננה מספקת לטעמי, בעיקר מפני שהן מסבירות כיצד נבנו כלים פתוחים כמו קערות וסירי בישול על גבי תבנית אך לא כיצד נבנו קנקנים, נרות וכלים קטנים וצרים.

**כמה שנים ארכה תקופת הזוהר של ייצור כלי החרס המופלאים הללו ומדוע נעלמו למרות איכותם הגבוהה ותכונותיהם המיוחדות?**

התרבות הנבטית הותירה אחריה ממצא כתוב מועט באופן יחסי, שנכתב בארמית וביוונית בעיקר על מבני הקבורה המפוארים (הם עצמם דיברו ככל הנראה ניב מוקדם של השפה הערבית), אך בשל חשיבותם הבינלאומית ואופיים האקזוטי הירבו מספר היסטוריונים לכתוב על הנבטים



כלי חרס נבטיים מאורחן מור (מואה), מצד סהרונים וממשיית מתוך: אתר מוזיאון ישראל

מבוגרים, ניתן לשער שאולי כך תם כל הדור שידע את תורת הח"ן של הכנת הקרמיקה הנבטית. הנה כי כן תהליכי הגלובליזציה שהנבטים היו סוכניהם המובהקים, אולי דווקא הם שפגעו ב"אדוני המדבר" שהעבירו איתם ועם סחורותיהם היקרות גם את המגפה.

העולם של שנת 2020 הוא מקום מבהיל: אירועים בסדר גודל היסטורי מתרחשים לנגד עינינו וזיכרונותיהם של אסונות העבר מתדפקים על דלתנו, לפתע איננו חזקים כל כך וכמו כל מין ביולוגי אנחנו נלחמים על עתידנו מנסים להגן על הקרובים לנו "בְּכַפָּה שֶׁל עֵת לֹא רְחוּמָה" כמאמר המשורר (אלתרמן).

לעיתים קרובות אני שואל את עצמי מה נוכל ללמוד מההיסטוריה? השיעור שמלמדת אותנו קריסתה של התרבות הנבטית (ואיתה מערכת הדרכים בערבה) איננו אופטימי. זאת ועוד: הקורונה ויותר מכך האימה שהיא מביאה איתה ומפילה על תרבויות האדם הן יריבות מרות.

ויחד עם זאת אני סבור שיהיה טוב. מדוע בעצם? כשאני מחפש את התשובה לשאלה הזו, עולה בדעתי רק אותה בת ברית אנושית עקשנית, ישנה ויעילה, זו שליוותה את דוקטור רייה ברומאן ה"דבר" (של אלבר קאמי) וליוותה את הנבטים במסעותיהם ואת הנוכחות האנושית במדבר מאז ומעולם: רוח האדם.

**"אֲבָל הַתְּקוּהָה הַגְּדוֹלָה נִשְׁאַרָה לָנוּ"**  
 כתב פעם המשורר יהודה עמיחי  
**"רְקָה כְּעֵלִים וְכַתְמָה כְּתַפּוּזִים**  
**וְחֻזְקָה כְּאִישׁ אֲשֶׁר שָׁתַל".**

על הידע הרב ששיתפה איתי (כתמיד) ועל סיעור המוחות המשותף אני מבקש להודות לדוקטור טלי גיני מרשות העתיקות.

סוערת. באופן כללי על סמך תיאורים טקסטואליים וניתוחים סימפטומטיים (כלומר של תסמיני המחלה), מאמינים מרבית החוקרים ששתי המגפות האלו היו זן מדבק מאוד של קדחת נגיפית המורגית או קדחת דימומית נגיפית (Viral hemorrhagic fevers), תסמונת הבאה לידי ביטוי בחום גבוה ונטייה לדימומים. מקריאה של חומר רב בנושא ומבלי להלאות בפרטים נראה שאין החוקרים חלוקים על קיומה של המגפה אלא בעיקר על מידת השפעתה על החברה והכלכלה. באופן אישי לא הצלחתי "לבחור צד" ולגבש מסקנה ברורה לגבי השפעתה הישירה של המגפה על הדרך ואתריה. ואולם על רקע מציאות ימינו הקודרת, הקריסה הכלכלית המהירה, הבהלה והצורך האנושי להתאחד עם בני המשפחה והקרובים בעקבות השמועות על המגפה, נקל לשער כיצד ננטשו מצודות הדרכים במהלך המשבר. זאת ועוד כשאנו רואים את השפעתו הדרמטית של הנגיף דווקא על אנשים

הארכיאולוגית טלי גיני סבורה שמאפייניה המיוחדים של הנטישה הזו, העובדה שמבחינה כרונולוגית היא חופפת למשבר המאה השלישית, להפסקה פתאומית של ייצור המטבעות בפטרה הנבטית ולהיעלמה של הקרמיקה הנבטית, התהליכים האלו כולם אינם מקריים ומצביעים על כך שמי שאחראי לנטישתה של הדרך ולמתקניה וגם להיעלמותה של הקרמיקה הנבטית הייתה קרוב לוודאי מגפת ענק שהכתה בכל האימפריה הרומית במחצית המאה השלישית לספירה.

שתי מגפות ידועות מוכרות השתוללו במהלך התקופה הזו: המגפה האנטונינית (Antonine Plague) שהתרחשה בסוף המאה השנייה לספירה והמגפה הסיפריאנית (Cyprian Plague) שהתרחשה במחצית המאה השלישית לספירה. המחלוקת האקדמית על מגפת המאה השלישית (ומגפות בכלל), היכולת לזהות אותן והשפעתן על החברה והכלכלה ערה מאוד ואפילו



צילום: רועי גלילי

בית הבד במואה

# אומרים שהיה פה שמח

רינת רוזנברג

## מלחמת המפרץ

המשנה את צורתה ואפיונה משעה לשעה, אני חושבת שעדיף שעמום מתקופה מעניינת כמו זו שאנחנו חיים בה. קצת שעמום היה מתקבל בשמחה. שנחיה בזמנים משעממים. אמן.

ממגע, מחיבוק, כל אלה נוגדים את הרצון והנטייה האנושיים וזה קשה. יש אמרה סינית (כן, סינית. נראה שהכול מגיע מסין) שאומרת: "שתחיה בזמנים מעניינים". לנוכח המציאות, המאוד לא רגילה, מאוד לא צפויה,

אנחנו חיים בימים משונים. כזה אירוע, כזו דרמה, רובנו לא חווינו. אירוע דומה באווירה האפוקליפטית ואולי גם בעובדה שהיו מעורבות בו מסכות היה מלחמת המפרץ. בלילה שבין 17 ל-18 בינואר 1991 נכנסה ישראל למעגל הירי של טילים ששוגרו מעירק כחלק ממלחמה שניהלה ארה"ב עם עירק בעקבות פלישת עירק לכוויית. עוד לפני שנורו הטיילים, חיינו למשך כחמישה חודשים, תחת איום שישראל תותקף בטיילים ונשק כימי. תחושת איום קיומי ליוותה את הימים שקדמו למלחמה ההיא, וכמובן את ימיה הראשונים. זו הייתה תקופה של חרדה והתמגנות. לכל תושבי ישראל חולקו מסכות אב"כ (אטומי, ביולוגי, כימי) ומזרקי אטרופין להתמגנות וטיפול למקרה שנותקף בנשק כימי. המלחמה נמשכה כחודש וחצי ובמהלכו הופרה שגרת החיים ולאט לאט חזרה למסלולה. מהימים ההם נותרו תמונות מעטות (יחסית למה שאנחנו רואים היום) היות שטלפונים ניידים היו רק למעטים וחשובים, על מצלמות בטלפונים עוד לא חלמו אז...

אז, בימי מלחמת המפרץ, ישבנו בבית עם מסיכת אב"כ בחדרים אטומים בניילון, מאסקנטייפ וסמרטוט טבול באקונומיקה. זה נראה משונה כמו שזה נשמע. לעומת המיגון וההנחיות היום, האמצעים אז היו קלים, ממוקדים וישימים יותר. הנטייה האנושית היא להיות יחד בשעת איום, להתלכד, לעזור, לצאת מגבולות הפחד ולעמוד יחד, לעזור לחלשים, להביע סולידריות במעשים ובמפגשים אנושיים. הפעם זה שונה. ממש הפוך. ההנחיה לצמצום מפגשים, שמירת מרחק, הימנעות



באדיבות: תמר ליפשיץ

מימין לשמאל: אלה פוליקר, ארבל בן, אפרת כהן, ענבל רבינס



צילום: אלכס ליבק

מלחמת המפרץ 1991

## ספרים רבותי, ספרים

המפסלת, מציירת ויוצרת עבודות מרהיבות מספרים! כשהייתה סטודנטית לאומנות וציור, היא הרגישה שהיא מתקשה למצוא השראה בשפופרת צבע. היא אתגרה את עצמה בחיפוש אחרי חומרים שיאפשרו לה ליצור מהם יצירות אומנות. סטילמן ידועה בעיקר בזכות פסלי הספרים וגילופי העץ שלה. היא משתמשת בלהבים, אזמלים, מסורים, חומרי תפירה ומקדחות כדי לשנות את החפצים וליצור חללים המתארים סימנים של חיים. לעיתים קרובות משמשים ציפורים, בעלי חיים וצמחים נושא לעבודותיה. היא הופכת חומרים רגילים ליצירות אומנות ולדבריה, זוהי צורת אלכימיה משל עצמה - לקחת משהו מאוד כללי ומצוי ולתת לו אצילות. דליה מטמון, אומנית רב-תחומית מעין יהב, יוצרת בחומרים שאיבדו את ייעודם הראשוני. היא נותנת להם חיים חדשים ביצירותיה. באחת

אחרי שדיברנו מעט על נייר, בואו נמשיך לאחד ממוצרי הנייר המצויים בכל בית - ספרים! שוב פנינו לוויקיפדיה: "ספר הוא טקסט מודפס או כתוב בכתב יד בנושא מסוים, שדפיו כרוכים יחדיו. עוד מימי בראשית אסף האדם את יצירותיו הספרותיות תחת ספרים. בתחילה היו אלה מגילות קלף וספרים בהיקף מצומצם. עם התפתחות הדפוס באמצע המאה ה-15 התרבו הספרים. במשך מאות שנים היו הספרים אמצעי עיקרי להפצת ידע ולהעברתו מדור לדור. במאה העשרים נוספו לספרים המודפסים שלל אמצעים נוספים לשיתוף ידע: רדיו, קולנוע, טלוויזיה והאינטרנט, אך לספרים ממשיך להישמר מקום מרכזי". היום ניתן לראות שימוש נרחב יותר בספרים סביבנו. בין היתר גם כחומר גלם וגם כדרך נוספת לחיבור בין אנשים. קיילי סטילמן היא אומנית אוסטרלית

**"זה ספרים עם כתוב..."**  
**"מה רצית, ספרים עם מחוק?"**  
**תגייד לי, הא?"**  
(שוק הספרים, הגשש החיוור)

לפני שנדבר על ספרים... בואו נדבר על הנייר. אצל הגששים אפילו תמצאו "נייר נטול עץ... נייר נטול אמו... נייר נטול נייר!" ולפי ויקיפדיה: "נייר הוא משטח סיבי, דק במיוחד, נפוץ ביותר בצבע לבן אך קיים גם בצבעים אחרים. שימושיו העיקריים הם לכתבה ולדפוס של טקסטים. בנוסף, משמש גם כבסיס לציור, תמונות, פיסול, קיפולי נייר ועוד. הנייר הוא מוצר נפוץ מאוד והשימוש בו הוא יומיומי, לדוגמה נייר טואלט משמש להגינת הגוף". נייר הוא מוצר שימושי מאוד עוד מהימים הרחוקים של ההיסטוריה. המצרים הקדמונים והסינים היו הראשונים לפתח את הטכניקה ליצירת משטח צמחי דק ושטוח לשם כתיבה. הנייר נמצא סביבנו במגוון אפשרויות ושימושים שונים: ספרים, עיתונים, מגזינים, דפי מדפסת, מעטפות, מחברות, אריזות. בתחילה הפיקו את הנייר מעצים, אולם עם קצב צמיחת האוכלוסייה האנושית והתפתחות המערב חלחלה גם ההבנה שאם לא ימצא פתרון, לא יישארו עצים ועימם אוויר לנשימה. מחזור הנייר החל. מחזור הנייר מאפשר לעבד את מיליוני הטונות של פסולת הנייר למוצרי נייר חדשים - ובכך להקל על עומס הפסולת העולמי, לחסוך כריתת עצים ולאפשר חיים ברי קיימה יותר.



צילום: Kylie Stillman 'Local Branch' 2016

אומנות מספרים



צילום: דליה מטמון

ההיטים מספרים

בתהליך יקר ומזהם. הפתרון לכמויות האשפה הגדולות אינו רק מחזור אלא הפחתת צריכה ומעבר לשימוש חוזר.

ההמלצות שלנו לצמצום השימוש בנייר:

- השתדלו לקרוא מסמכים שונים ישירות מהמחשב במקום להדפיסם.
- העדיפו לשלוח מכתבים בדואר האלקטרוני ולא על דפי נייר.
- השתמשו בדפים משומשים כדפי טיוטה.
- בקשו לקבל חשבונות דרך הדואר האלקטרוני.
- נקו בעזרת מטליות ומגבות בד רב-פעמיות במקום במגבות נייר.
- המעיטו להשתמש בכוסות נייר לשתייה ושתו בכוסות נירוסטה, קרמיקה או זכוכית.
- הימנעו מרכישת ספרים - שאלו ספרים בספריות המקומיות.
- עודדו שימוש חוזר בספרים.
- ומי שבעניין... קראו ספרים אלקטרוניים או מוקלטים.
- ואם עדיין יש לכם נייר שצריך להיזרק? הקפידו להשליכו לפח הכחול. כך תסייעו לו לצאת לחיים חדשים.

הספרות ומהווה מקום שבו ספרים מקבלים חיים חדשים. "בוק קרוסינג" הוא פעולה של נתינת זהות ייחודית לכל ספר. הספר בעצם עובר מקורא אחד לקורא אחר, כך שאפשר לעקוב אחרי המסלול שלו ולהתחבר לאנשים במסלולו.

בזכות היוזמה של האתר יש בעולם 1,968,759 קוראים ו-13,224,812 ספרים המטיילים דרך 132 ארצות. זו קהילה המשנה את העולם ונוגעת בחיי אנשים, בכל פעם דרך ספר אחד. איך זה עובד?

ההשתתפות במיזם היא חינמית, צריך להתחבר לארכיון האתר ולקבל מספר סידורי עבור ספר שתרצו "לשחרר". המספר הזה יעזור לכם לעקוב בהמשך אחרי המסלול שהספר עובר. את המספר רושמים בטופס הניתן להורדה באתר, מצרפים אותו לספר, מניחים בשקית ניילון אטומה (שלא ייזק ממזג האוויר) ומשחררים... על ספסל, על גדר, על שולחן בקניון... בכל מקום שבו הספר יכול לעבור למישהו אחר שישמח לקרוא אותו.

באשר למחזור, כולנו כבר יודעים שלא מדובר בתרופת פלא אלא

מתערוכות האומנות שהוצגו בערבה, שנושאה היה "חיי היום יום", הציגה דליה עבודה שיצרה מספרים ישנים. היא כתבה: "החלטתי ליצור את הסלון הביתי שלי מספרים. היה לי קשה בהתחלה לחתוך את הספרים עד שהבנתי שאני נותנת חיים חדשים לספרים שאחרת היו הולכים לגריסה". לאורך תקופה אספה דליה ספרים כדי ליצור מהם עבודת אומנות. היא פרסמה בפייסבוק שהיא אוספת ספרים, וכך ספריות ואנשים פרטיים מכל הארץ פנו אליה למסור לה ספרים לעבודותיה.

בשנת 1969 כתב הסופר הנרי מילר בספרו "הספרים בחיי": "ספר הוא לא רק חבר. כשאתה קורא ספר ומתחבר אליו במחשבתך ורוחך אתה מועשר. אך כשאתה מעביר הלאה ספר - אתה מעשיר את עצמך פי שלושה". בזכות המשפט הזה, התוודענו לאתר האינטרנט "בוק-קרוסינג" (Book Crossing). זוהי תופעה עולמית של הפצת ספרים על ידי "שחרורם" במקומות ציבוריים במטרה להעבירם הלאה ולחבר בין אנשים. האתר הפך לספרייה עולמית ורשת חברתית אשר חוגגת את אהבת



# הבית של איתי

**"לימים זה נשכח כאיננו  
אבל כשהערב אורב  
אומר לך כך בינינו  
פחות אבל עוד כואב**

**לא עד כדי אנוחות  
ואם רע לי אני כותב  
כואב אבל פחות**

**פחות אבל עוד כואב"**

(מתוך "פחות אבל כואב" - יהונתן גפן)

ואין פעמון,  
וגם לא חלון.  
וכשבאים לבקר אז יושבים על ספסל  
חום,  
וקצת מדברים,  
וקצת לא אומרים כלום.  
לפעמים שומעים שירים,  
לפעמים מקריאים מילים מדפים,  
וקצת מחייכים,  
וגם קצת בוכים".

בחצר.  
אבל היא חושבת, ואפילו קצת  
מרגישה,  
שאיתי שלה  
לפעמים נמצא גבוה גבוה  
בין העננים,  
ולפעמים הוא בתוך הלב שלה -  
במקום שבו מרגישים  
שאוהבים".

"הבית של איתי", הוא הספר שנכתב  
במקום המילים שלא ידעתי איך  
לומר, בתוך העולם שבו מושג "האין"  
הוא גדול הרבה יותר מכל המידות  
שידענו לפני מותו של איתי.

("הבית של איתי" יצא לאור בהוצאת  
הספרים "שניר" לאחר שזכה במקום  
הראשון בתחרות כתיבה של סיפורי ילדים.)

כשלא מצאתי תשובות המצאתי עבור  
רני ענן שמנמן שטייל בשמיים, והוא  
ידע להסביר לה את השתיקות שלי.

"היא כבר מבינה שאיתי לא יחזור  
לבקר,

וגם לא יבוא לשחק איתה משחק

"הבית של איתי" הוא הספר שנכתב  
לרני שלנו.

"הבית של איתי" הוא הספר שזעק  
לתת תשובות על משמעות האין,  
ועל מקומם של אלו שלא חוזרים  
אלינו לאחר מותם.

"לבית של איתי אין דלת כניסה,



צילום: אלכס ליבק

רני והספר

# חיים ברשת

## מורה נבוכים לחיים המקוונים

גילה טל

# גלישה בטוחה במצבי משבר ואי ודאות

שלח אותם החבר הכי טוב שלכם. זה נכון גם להודעות אימייל, אך לעומת מה שקרה בשנים קודמות, היום רוב המידע הנכון והלא נכון (הרבה לא נכון) מגיע בוואטסאפ. בלי פניקה... הודעות מאוד מפחידות הן לרוב לא נכונות.

### ברשתות החברתיות

בסוף השבוע, 13-14 במרץ, התפרסמו ידיעות מבהילות מאוד בעניין סופה איומה שמתקרבת לאזורנו. ביום חמישי הידיעות התגברו מרגע לרגע והפכו להיות מפחידות יותר ויותר. בוואטסאפ רץ סרטון, שהכותרת שלו הייתה: "ארומה באילת". ראו מתוכו תמונת מסך מבהילה מתוך הסרטון כשברקע שומעים צעקות היסטוריות.

יותר. הרשת תופסת את מקומם של קשרים אחרים שהופכים להיות מינימליים. גודש המידע מקשה עוד יותר להבחין בין אמת לשקר, בין מידע אמין לבדיה. זה הזמן גם להקדיש רגע לגלישה בטוחה והגיבנית ולכמה היבטים שלה. במצב של אי-ודאות, כדאי לעשות סדר בדברים, שבהם אנחנו כן יכולים לשלוט.

### פייק ניוז - ידיעות כזב

אלו ידיעות הקיימות תמיד וכמותן גדלה והולכת במצבים של אי-ודאות. איך נדע לברור את המוץ מן התבן? את האמין על פני השקרי?

- התייחסו רק למידע המתפרסם באתרי חדשות אמינים.
- אל תמהרו להעביר הודעות וואטסאפ שמקורן לא ברור, גם אם

הכתבה הזאת נכתבת בתקופה של אי-ודאות גדולה, שמשתווה אולי למצב של מלחמה או אסון טבע. התקווה היא שכאשר העיתון יגיע אליכם כבר נהיה במצב של יציבות גדולה יותר, אם כי כרגע הדבר נראה לא סביר בעליל...

לא אספר לכם על הקורונה. עושים את זה בכל מקום ובוודאי עושים זאת טוב ממני. רק אציין, שבמצבים כאלו של אי-ודאות ובלבול, עדיף להתרחק מעט משיטפון המידע, שמגיע ללא הרף מכל הכיוונים, בעיקר בצורה דיגיטלית. זה הזמן שחדשות כזב (פייק ניוז) מרימות ראש וחוגגות על חשבוננו. אולי כדאי עכשיו יותר מתמיד להפנים את המסר של תפילת השלווה:

**אֵלִי, יְהוָה בִּי אֶת הַשְּׁלוֹה - לְקַבֵּל אֶת הַדְּבָרִים שְׂאִין בִּיכְלָתִי לְשִׁנוֹתֵם, אֶת הָאֲמֵץ - לְשִׁנוֹת אֶת אֲשֶׁר בִּיכְלָתִי, וְאֵת הַתְּבוּנָה - לְהַבְדִּיל בֵּינֵיהֶם.**

אגב, הידעתם כי תפילת השלווה היא תפילה שחברה על ידי ריינהולד ניבור, כומר פרוטסטנטי אמריקאי ופעיל חברתי במאבק לזכויות אדם? אני לא ידעתי, למדתי זאת הרגע, מוויקיפדיה. במצב של אי-ודאות ומשבר, כמו זה שאנו חווים כרגע, חשיבותו של האינטרנט בהכרח עולה. במצב המשברי שבו אנו נמצאים היום, השימוש ברשת בהכרח נרחב



צילום מסך מ tiktok



צילום: רויטל שביט

עכשיו באילת

**אתר גלובס**

דוגמה לדרך שבה מנוצל מצב של אי-ודאות לזריעת פחד:

השורה התחתונה: הייתה סופה - לא הוריקן. ירד גשם - לא מבול. היו נזקים אבל כבר היו סופות גרועות ממנה.

אבל מישהי שהייתה באילת שלחה את התמונה המרגיעה: "עכשיו באילת". וזו רק דוגמה קטנה ממה שהסתובב ברשת בעניין הסופה.

**פייק ניוז בחדשות**

**הזיוף והחקירה: מי קרא לכל השוטרים לפדות את קרן ההשתלמות בגלל המפולת?**

הפאניקה מהקורונה שוברת שיאים חדשים של פייק ניוז • בשעות האחרונות מסתובב מסמך המורה לשוטרים לפדות את כספי קרנות ההשתלמות שלהם "בהמלצת משרד האוצר" • המשטרה פתחה בחקירה



עמירם ברקת ורון שטיין 09.03.2020

**דעה: באיחור גדול העולם מבין שצריך לשים ברקס למונופול השיח הציבורי**



נדב שובל

המושג "שיח ציבורי" עבר אבולוציה ואמפליפיקציה חסרת תקדים באמצעות הכוח של האינטרנט והרשתות החברתיות. עתה יש להתאים את הסטנדרטים והנהלים לשימוש בכלי הזה בהתאם



הסרטון של חבר הכנסת אלכס קושניר ממפלגת ישראל ביתנו, בו הוא מציג טענה לפיה מערכת הבריאות הולכת וקורסת כיוון שקופות החולים מסבסדות ב...**המשך**

נדב שובל 07.03.2020

**בדרך לסגר מלא ומחסור חמור במזומן? הקורונה לא עוצר את הפייק ניוז**

מתקפת הפייק ניוז של נגיף הקורונה הגיעה היום גם למגזר העסקי •





### הודעות דיוג

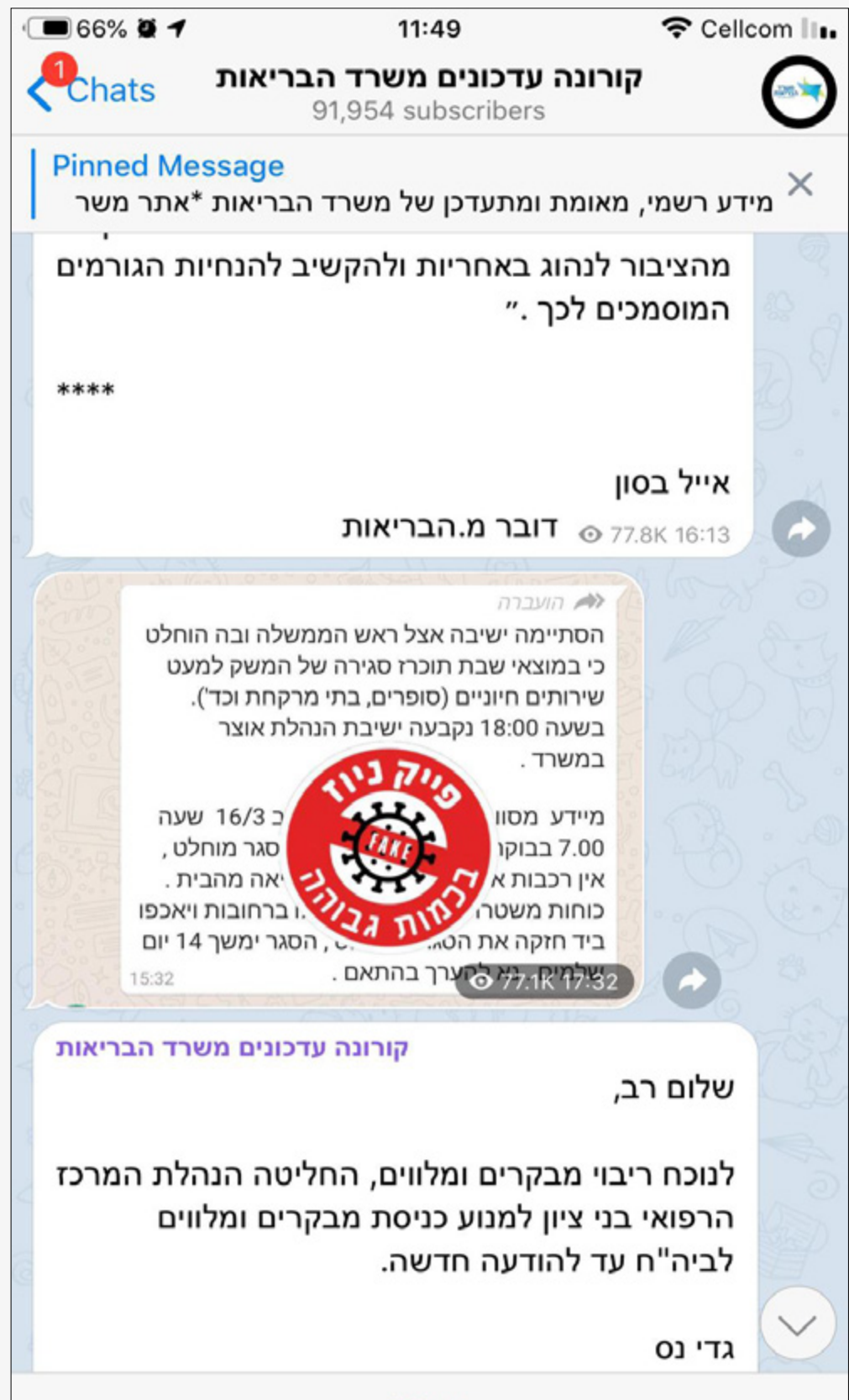
בגיליון 83 של עיתון ערבות הופיעה כתבה חשובה ביותר בעניין הודעות דיוג. בשל חשיבותה, היא הוכנסה גם לכתבות באתר - מומלץ לקרוא אותה. לאחרונה היו הרבה ניסיונות דיוג חדשים ומתוחכמים, כמו הודעת אימייל לכאורה מבזק, שמזמינה להיכנס לאתר ולהכניס פרטים. לא אחזור על מה שנכתב בכתבה, כאמור - מומלץ לקרוא. רציתי להזכיר רק את ההנחיה החשובה המשתמעת ממנה:

**בשום מקרה אין להיכנס לאתרים שבהם נדרש להכניס פרטים: בנקים, ביטוח לאומי, כרטיסי אשראי, אתרי ממשלה ואחרים מתוך הודעת אימייל או וואטסאפ.** קבלתם הודעה מהבנק, פייפאל, משרד כלשהו? צאו מההודעה והיכנסו לאתר בדרך הרגילה. אם ההודעה אמיתית - היא תופיע לכם גם באתר.

כמו כן, ספק האינטרנט שלכם - "אינטרנט ערבה" או אחר, לא שולח לכם הודעות שעליכם להחליף את סיסמת הדואר. אנחנו לפחות, נתקשר אליכם אישית אם יתעורר צורך כזה.

### בקבוצת הטלגרם הרשמית של משרד הבריאות

(מומלץ להצטרף אליה) היו גם ניסיונות בזמן אמת להפריך ידיעות שהופצו בנוגע למשבר הקורונה:



### לסיכום

המקורות הן הכלים שיעזרו לכם להבחין בין אמת לשקר, בין תיאור מציאות להגזמה. בזמנים כאלו גלו אחריות גם בהעברת המידע. כאן העיקרון המנחה צריך להיות שעדיף פחות מאשר יותר.

הרשת מוצפת במידע. לא פשוט לזהות מהו מידע אמין ומהו מידע שקרי שמטרתו ליצור בהלה, דיס אינפורמציה וכאוס. קריאה ביקורתית ואחראית, הסתמכות על מקורות אמינים ובדיקה של מהימנות

**ילדים ברשת**

נושא נרחב בפני עצמו, שתוקדש לו כתבה נפרדת. כאן אני רוצה רק להזכיר, שבמצב שהרשת והעולם הווירטואלי מחליפים את הממשי, יש להתייחס יותר מתמיד בתשומת לב להתנהלות הילדים ברשת:

- לאלו תכנים הילדים חשופים?
- כמה זמן הם מבלים ברשת והיכן?
- האם הם משתתפים בחרם או התעללות בילדים אחרים?
- האם הם נתקלים בבריונות רשת / התעללות מצד ילדים אחרים?

**סיסמאות לשירותים שונים**

- אנחנו מוצפים באתרים ובסיסמאות. בחלק מהמקרים ניתן להיכנס לאתר עם הודעה חד-פעמית לנייד. השתמשו באופציה הזאת.

• ניתן להשתמש בתוכנה מאובטחת לשמירת סיסמאות. אם עושים את זה, שימו לב, שיש לתכנה גם אפליקציה לטלפון ושניתן להשתמש בבסיס הנתונים שלה מכמה מקומות (לדוגמה: keepass).

- אל תשתמשו באותה סיסמה לכל האתרים.
- הקפידו על סיסמאות טובות לפחות לאתרים הבנקים, כרטיסי האשראי וכדומה. סיסמה טובה היא סיסמה בת 8 תווים לפחות, המכילה אותיות, מספרים וסימנים מיוחדים.
- החליפו סיסמאות מדי פעם.

**אבטחת הסמרטפון**

- השתמשו בסמרטפון עם סיסמה או קוד.
- במקרה של אובדן או גניבה, בדקו

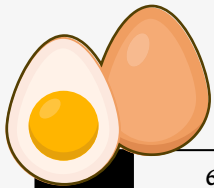
- שיש לכם אפשרות למחוק את המכשיר מרחוק.
- במקרה של הטענה בעמדות הטענה ציבוריות: רכבת, אוטובוסים, שדות תעופה (בימים רגועים יותר...), שימו לב שהמכשיר אינו מעביר נתונים תוך הטעינה.
- אם צריך - השתמשו באנטי וירוס. (קשה להיות נחרצים בנושא... תלוי במכשיר ובצורת השימוש).

לסיום, במידה שאתם קוראים את הכתבה כשכולנו עוד תחת מגבלות והנחיות בידוד והסתגרות תוכלו להתעדכן בכל המתרחש באתר המועצה, בעזרת ההודעה המתעדכנת (כל זמן שאיום הקורונה לא פג...):  
אתר ערבה תיכונה < לוח המודעות < לוח בריאות.





תשבץ מוח לפסח



	6		5	4		3	2	1
10	9				8			7
		13	12					11
						14		
	17	16					15	
			21	20	19			18
25				24		23		22
		28			27			26
								29

מאוזן

1. חג עם אפס במלכודת (3)
4. בצלחת פסח אות יונית בטעם (4)
7. בירה מדבקת (7)
9. בעל משפחה טוב (2)
11. איבר ואיבר מוכר בציבור (4)
12. מעיל יבגוד באמון (4)
14. תו פרש נתח בשר (5)
15. במושב האחרונה באיבר (3)
16. כשבדק ברחה (3)
18. חבר יחזיר לא ישן (2)
19. פליטת הבקר וכבש (5)
22. מכה דבר (3)
24. בכיסוי חיפש מתנגדת (5)
26. יסוד אצן ריקוד (5)
28. המן שאג (3)
29. החלמה או שהוחזרה המכה? (6)

מאונך

1. קבלה מבחן שומה (4)
2. רז מחזיר דתי (3)
3. בצלחת הפסח דיאנה בפחד (5)
4. ישן חוזר עם מזון מדבר (2)
5. אולי כוננית למניין בישוב (4)
6. אחד הבנים מחזיר מספר (3)
8. הודיעו על כינוס (5)
10. שבעה מאחת האימהות (4)
13. בשאלה נסתרות הפרשה בהגדה? (5,2)
15. ישא באחריות עשר מהמכות (5)
17. במדבר כולן עקרות (4)
18. האם קברה (4)
20. מאכל עם מערכת בפה (4)
21. אות יונית לקנגורו (2)
23. מכה בית בגר (3)
25. דקל לאחד הבנים עם ראש רחב (3)
27. מילת שלילה מכל כיוון (2)
35. תשלום יחזיר רעל (2)



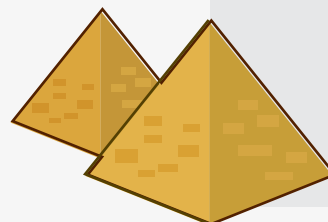
פתרונות והסברים תשבץ מוח

6Z - נאמא נאמא - נאמא 6Z  
 8Z - נאמא - נאמא 8Z  
 9Z - נאמא + נאמא - נאמא 9Z  
 12Z - נאמא נאמא - נאמא 12Z  
 13Z - נאמא נאמא - נאמא 13Z  
 14Z - נאמא + נאמא - נאמא 14Z  
 15Z - נאמא נאמא - נאמא 15Z  
 16Z - נאמא נאמא - נאמא 16Z  
 17Z - נאמא נאמא - נאמא 17Z  
 18Z - נאמא נאמא - נאמא 18Z  
 19Z - נאמא נאמא - נאמא 19Z  
 20Z - נאמא נאמא - נאמא 20Z  
 21Z - נאמא נאמא - נאמא 21Z  
 22Z - נאמא נאמא - נאמא 22Z  
 23Z - נאמא נאמא - נאמא 23Z  
 24Z - נאמא נאמא - נאמא 24Z  
 25Z - נאמא נאמא - נאמא 25Z  
 26Z - נאמא נאמא - נאמא 26Z  
 27Z - נאמא נאמא - נאמא 27Z  
 28Z - נאמא נאמא - נאמא 28Z  
 29Z - נאמא נאמא - נאמא 29Z  
 לנאמא

1Z - נאמא - נאמא 1Z  
 2Z - נאמא - נאמא 2Z  
 3Z - נאמא - נאמא 3Z  
 4Z - נאמא - נאמא 4Z  
 5Z - נאמא - נאמא 5Z  
 6Z - נאמא - נאמא 6Z  
 7Z - נאמא - נאמא 7Z  
 8Z - נאמא - נאמא 8Z  
 9Z - נאמא - נאמא 9Z  
 10Z - נאמא - נאמא 10Z  
 11Z - נאמא - נאמא 11Z  
 12Z - נאמא - נאמא 12Z  
 13Z - נאמא - נאמא 13Z  
 14Z - נאמא - נאמא 14Z  
 15Z - נאמא - נאמא 15Z  
 16Z - נאמא - נאמא 16Z  
 17Z - נאמא - נאמא 17Z  
 18Z - נאמא - נאמא 18Z  
 19Z - נאמא - נאמא 19Z  
 20Z - נאמא - נאמא 20Z  
 21Z - נאמא - נאמא 21Z  
 22Z - נאמא - נאמא 22Z  
 23Z - נאמא - נאמא 23Z  
 24Z - נאמא - נאמא 24Z  
 25Z - נאמא - נאמא 25Z  
 26Z - נאמא - נאמא 26Z  
 27Z - נאמא - נאמא 27Z  
 28Z - נאמא - נאמא 28Z  
 29Z - נאמא - נאמא 29Z  
 לנאמא

הסבר קיצורים

ח' - כתיב חסר  
 מ' - כתיב מלא  
 ר"ת - ראשי תיבות



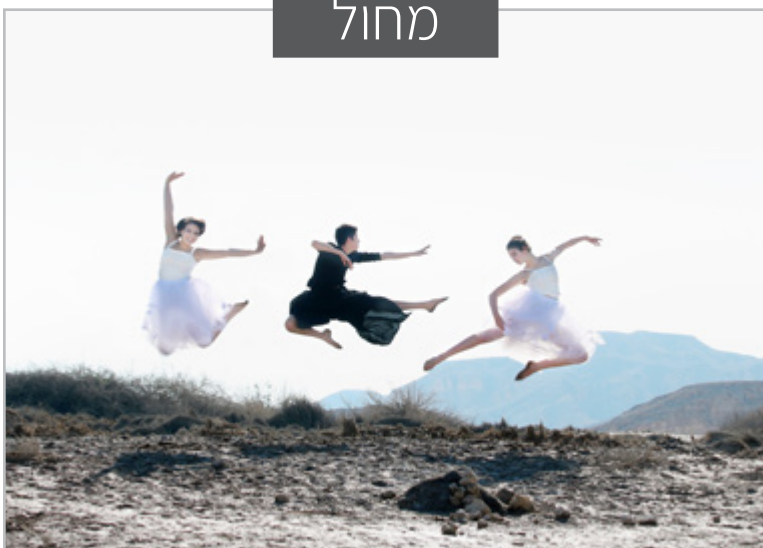
## תיאטרון ערבה



### מופעי תיאטרון מקומי

"לפוצץ או לא לפוצץ",  
"מעשה בילדה בודדה", "פצפונת ואנטון",  
"שירים בדרך", "אגדת סוף העונה",  
"קול כסא", "אזלו הכרטיסים"

## מחול



### קטעים מתוך "אור כזה"

צילום ביתי של תלמידי המסלול המלא  
של בית הספר למחול

### המופע "רצוף אהבה"

## תושבי ערבה יקרים,

כיוון שאינכם יכולים להגיע אלינו,  
החלטנו להגיע אליכם לבתים!  
לראשונה לרשותכם קישורים לצפייה  
במגוון תוצרי התרבות של הערבה.

אז עד שנוכל להתקהל שוב  
וליהנות ממופעי תרבות ב-LIVE,  
ליחצו על הקישור ותיהנו.

## קולנוע



הסרט בגרסה עברית

הסרט בגרסה אנגלית