ירחון מידע של שלהב"ת, סימטת הליבנה, קרית טבעון

גיליון מס. 193, מרץ 2019 **האתר שלנו: shalhevet-tivon.org.il**

בציפורים / המשוררת רחל

מַשְׁחִירָה אֲדָמָה נֶחֱרֶשֶׁת,
פְּנֵי הַמַּיִם - תְּכֵלֶת וָאוֹר,
מוֹרִיקָה בְּשׂוֹרַת הַדֶּשֶׁא,
בְּחַגְוֵי הַגְּבָעוֹת בַּמִּסְתּוֹר,
וְרַקֶּפֶת צְנוּעָה מְבַקֶּשֶׁת
לְהַוְרִיד עַל סֶלַע אָפֹר.

מהנעשה בעמותה

א. הכרות עם השכנים

מנכ"ל עמותת שלהב"ת, **אלי פוליאקוב**, ורכזת מועדון "המפגש", **צביה מזרחי**, ביקרו החודש במועדון הגמלאים בנשר, שמופעל בידי העמותה למען הקשיש בעיר. מטרת הביקור הייתה ללמוד, להכיר ולקבל רעיונות חדשים מהפעילות המיוחדת שנערכת במועדון מופ"ת בעיר נשר.

ב. פעילות לחברי וחברות הקהילה התומכת

1) "בוקר מהסרטים" – הקרנת הסרט **"מאמה מיה". יום א, 3.3 ב-09:30** באולם תרבות שלהב"ת.

2) סדנת טיפוח טבעי - לרגל **"יום האישה"** (לנשים בלבד!).
הסדנה כוללת הרצאה קצרה על קוסמטיקה טבעית והתנסות ברקיחת מוצר אישי. מספר המקומות מוגבל - **יש להירשם מראש**.
יום חמישי, 7.3 ב-9:30 באולם תרבות שלהב"ת.
הפעילויות הן **ללא תשלום**. מוזמנים חברי וחברות הקהילה התומכת וכאלו המעוניינים להכיר את פעילות הקהילה.

חברי הקהילה זוכים גם לשירות של לחצן מצוקה, ייעוץ רפואי, תיקוני בית קלים, ביקורי בית וזכאות להשתתף בחוג (ציור, קרמיקה, יוגה, התעמלות וכד') במרכז היום ללא תשלום נוסף.

ועדת וותיקים החלה לפעול בטבעון

החודש התכנסה לראשונה וועדת וותיקים, שהוקמה ביוזמת המועצה המקומית קרית טבעון. יו"ר הוועדה היא חברת המועצה וסגנית ראש המועצה, **שרון רופא אופיר**. בוועדה חברים וותיקים מקריית טבעון, חלקם חברי עמותת שלהב"ת וכן מנכ"ל העמותה, **אלי פוליאקוב**. מטרת הוועדה היא לשפר את איכות חיי הוותיקים בקריה ולתת מענה מיטבי לצרכיהם ולרצונותיהם. הוועדה תתכנס אחת לחודש וחצי על מנת לדון בסוגיות שונות הקשורות לגיל השלישי בקריה, להציע רעיונות ולקדם מיזמים בתחום.

קבוצה ראשונה של מתנדבים שישמשו כידידי דמנציה

קבוצה ראשונה של מתנדבים, בשלהב"ת, עברה הכשרה כידידי דמנציה. המתנדבים, מקריית טבעון, מצטרפים לכ-6000 מתנדבים, ברחבי הארץ, המסייעים בפעילויות שונות לשיפור איכות החיים של כ-150 אלף אנשים, עם דמנציה ואלצהיימר, בישראל.

תוכנית ידידי דמנציה הינה עולמית, המובלת בישראל בידי **עמותת עמדא**. הדמנציה נובעת מנזק בלתי הפיך במוח המתבטאת בסידרת סימפטומים כמו: אובדן זיכרון, קשיים בחשיבה, קשיים בפתרון בעיות ובשפה, ירידה בתפקוד היומיומי, שינויים בהתנהגות ובמצב הרוח. מספר מחלות גורמות לדמנציה. הנפוצה ביניהן היא האלצהיימר; שבה, לרוב, אובד, תחילה, זיכרון לטווח קצר. למרות הדעה הרווחת בקרב הציבור, דמנציה היא לא תוצאה טבעית של הזדקנות. לא כל מי שמזדקן יפתח דמנציה, ולא כל מי שמפתח דמנציה הוא זקן. ידועים מקרים רבים של צעירים בגילאי 40 שחלו בדמנציה.

הכשרת המתנדבים נעשתה תוך שיתוף פעולה עם המחלקה לשירותים חברתיים במועצה המקומית קריית טבעון. במרכז היום של העמותה קיימת מחלקה המתמחה ומטפלת באנשים עם דמנציה. המתנדבים מוזמנים להשתתף בפעילות פרטנית או קבוצתית בקרב אנשים דמנטים במרכז יום, בבתי אבות כאלה החיים בקהילה.

ההכשרה עצמה הועברה בידי מנכ"ל שלהב"ת, **אלי פוליאקוב**, המשמש כגרנטולוג במקצועו. "מטרת ההכשרה הייתה העלאת המודעות לדמנציה בקרב הציבור הרחב. אנשים עם דמנציה סובלים מבדידות ומניתוק חברתי שנגרמים מהסטיגמה ומחוסר ההבנה של הדמנציה", אמר פוליאקוב. "התכנית שואפת ליצור קהילות ידידותיות ותומכות לאנשים עם דמנציה. בקהילות ידידותיות אנשים עם דמנציה מרגישים מובנים, נתמכים, מכובדים ובטוחים ביכולתם לתרום לקהילה".

עו"ס **יעל רום**, מהמחלקה לשירותים חברתיים, שהייתה מיוזמות ההכשרה סיפרה: "אנו מצפים מידידי דמנציה לנקוט פעולה כלשהי לשיפור חייהם של אנשים עם דמנציה. כל פעולה נחשבת, קטנה כגדולה, לפי בחירתו של המתנדב. הבנה של הסובבים את המציאות של האדם עם הדמנציה, כפי שהוא חווה אותה, תסייע לו להמשיך ולחיות טוב עם הבעיה. אנו מעודדים כל מי שמכיר אדם דמנטי להמשיך ולבקר, ולהשתדל להפוך את המפגשים האלו לחיוביים ככל האפשר כי זיכרונות מביקור אצל הסובלים מדמנציה לרוב לא נשארים, אבל, התחושות והרגשות מהביקור נשארים".

זוהי ההכשרה הראשונה בסדרה של הכשרות שתתקיים אחת לתקופה בשלהב"ת. אנשים המעוניינים לעבור את ההכשרה מוזמנים לפנות למשרדי העמותה.

ט"ו בשבט במועדון "המפגש" בקריית עמל

תלמידי החווה החקלאית, שליד בית הספר קריית עמל, ביקרו בט"ו בשבט במועדון "המפגש" שבקריית עמל. התלמידים, מלווים במנהלת החווה, אורית סופר, העניקו לכל מבקרת במועדון עציץ וקיימו פעילות משותפת לחג.

קונצרט קאמרי

מיוחד התקיים החודש בשלהב"ת. בו הופיעו, בהתנדבות, נגני החוג לנגינת מוסיקה קאמרית על שם **ויולה הכהן ז"ל**. הנגנים ביצעו חמישה קטעי נגינה של בלוך, מוצרט ועוד תוך נגינה על כלים כמו חליל, קלרינט

יום המשפחה במרכז יום

בחודש שעבר הגיעו תלמידי בי"ס **רימונים**, כיתה ה'1, יחד עם המחנכת **מגי**, למרכז יום שלהב"ת לסדנה משותפת של הכנת כרטיסי ברכה לציון יום המשפחה.

נפתח מחדש אולפן ללימוד השפה העברית לעובדים זרים

לאחר הפסקה בת מספר חודשים, מחדשת, **המתנדבת שולמית אורן,** את פעילות האולפן ללימוד השפה העברית לעובדים זרים. האולפן פועל מזה שנים רבות, ללא תשלום ובהתנדבות מלאה. שולמית מומחית בתחום הוראת השפה העברית לאוכלוסיות יעד שונות.

"הטיפול הצמוד בקשיש אינו קל ודורש אחריות, מסירות ותקשורת ראויה", אומרת **שולמית**. "באולפן לומדים העובדים לדבר את שפת היום-יום על מנת שיוכלו לתקשר עם המטופלים ולסדר את עניינם בקניות, קופת חולים, נסיעות ועוד. הלמידה נעשית באווירה טובה וברצינות מרובה".

המפגש הראשון יתקיים ביום רביעי, 20.3 משעה 13:30 במרכז יום של שלהב"ת, והינו פתוח לכלל העובדים הזרים המועסקים בקריית טבעון והסביבה. המפגשים יתקיימו אחת לשבוע בימי רביעי בצהריים.

מפגש חברי קהילה תומכת

חברי וחברות הקהילה התומכת של עמותת שלהב"ת בקריית טבעון נפגשו לבוקר מגבש ומיוחד לציון יום המשפחה. המשתתפים נהנו מארוחת בוקר עשירה, קטע אומנותי מרגש של נגן חליל הצד **יונתן ארזי** ומהרצאתה המעניינת של **גילי גוטפריד**. מדובר בפעילות חברתית ייחודית בעבור חברי וחברות הקהילה התומכת בלבד. סגנית ראש המועצה, **שרון רופא אופיר**, ברכה את המשתתפים. לאחריה ברכו עובדות צוות המדור לזקן במחלקה לשירותים חברתיים. תודה רבה לצוות עובדי עמותת שלהב"ת על הסיוע בארגון האירוע. תודה לצוות הקהילה התומכת: לרכז ואב הקהילה, **משה אמסלם**, לאם הקהילה **אפרת וייג** ולמנחת האירוע, המפיקה והמארגנת שלו, **שלהבת ניר**, רכזת חברתית של הקהילה התומכת.

הכשרת עובדים בשלהב"ת

העמותה רואה חשיבות בהכשרה ובהדרכה של העובדים, כדי לסייע להם בביצוע מיטבי של עבודתם למען שיפור איכות חיי המבקרים במרכז יום. בחודשים האחרונים יצאו מספר עובדים מהעמותה להשתלמויות והדרכות:

אלי פוליאקוב, מנכ"ל העמותה - קורס ארצי, למנכ"לי עמותה למען האזרח הוותיק.
יעל פרץ, עו"ס, סיימה בהצלחה קורס הכשרה לעובדות סוציאליות במרכזי יום.
נטשה שטיין, מנהלת מרכז יום - קורס הנותן כלים לעבודה עם זקנים בסוף החיים.
רחלי שפיקר, אחות מרכז יום - קורס של רכישת תפיסה וכלים לליווי רוחני.
איבון אזולאי, מטפלת - קורס על עולמו של הזקן עם דמנציה.
סברין אבו גודה, מטפלת - קורס למטפלות במרכזי יום.

נאחל לעובדים ליווי פורה ומהנה.

ציפורה אורן (לבית שטיינמן)

הלכה לעולמה בשיבה טובה: גיל 104 שנים. ציפורה עברה לגור בטבעון בשנת 1980 ומאז הייתה פעילה ב"מרכז יום". אהבה מאד להיות בין חברים בשלהב"ת והשתתפה בחוגים רבים: תנ"ך, ציור, קרמיקה, התעמלות ועוד. הייתה בעלת סקרנות אינטלקטואלית וחוש הומור והתחבבה מאד על הסובבים אותה. בעיקר אהבה לשיר ולרקוד והופיעה כמה פעמים עם להקת שלהב"ת ביום העצמאות - ריקודים בכביש ברח' אלונים. היא זכתה פעמיים לקבל מראש המועצה תעודה של 3 דורות רוקדים. שלושת ילדיה ומשפחותיהם גרים בטבעון.

ב- 31.1.19 ציפורה נפטרה בביתה כשמשפחתה עוטפת אותה באהבה רבה! **יהי זכרה ברוך!**

קונצרט מס' 5 בסדרה " לראות את המוסיקה" - קונצרט מוקרן

סיפורי אגדות במוסיקה – הפילהרמונית ברלין בניצוח ולרי גרגייב

המנצח הרוסי הגדול, **ולרי גרגייב**, מביא תוכנית המשלבת את עולם האגדות עם עולם המוסיקה - מלחינים כמו דביסי הצרפתי, רימסקי קורסקוב, פרוקופייב וסטרוינסקי הרוסיים, קיבלו השראה מסיפורי האגדות והמיתולוגיה היוונית וכתבו מוסיקה קסומה.

הפילהרמונית של ברלין בהשראתו ותשוקתו של ולרי גרגייב מחייה את סיפורי האגדות המוסיקליים הללו ומגישה לנו קונצרט מרתק. הקונצרט מוקרן על מסך גדול עם שמע מעולה. דברי קישור - **זאב מזור,** עורך הסדרה. **מוצ"ש, 23.3.2019, ב- 19.00**. בהפסקה ,קפה עוגה ומפגש חברים. דמי כניסה סמליים 20 ₪.

חוג למוזיקה קלאסית, יום ה' שעה 17:00

4.3 **מוטי אדלר** - "שחרזאדה – סיפורי אלף לילה ולילה".
11.3 **נגה ישורון וולדימיר שמולנסון** – "הסוויטה לאורך התקופות" - מאת באך, דה פאייה, שניטקה ועוד.
18.3 **מוטי אדלר** – "זהר צפוני – מוזיקה מארצות הצפון".
25.3 **נגה ישורון וולדימיר שמולנסון** – "בטהובן האחד והיחיד", יצירות בטהובן – רומנסה, סונטות ועוד.

ערב נאר – לילכת שבי אחריך

שרים **נורית הירש ואהוד מנור**. הגרשונים מארחים את להקת **"לילך"**, להקת הייצוג של עיריית חיפה. עמנו גם נגנים וזמרות/ים. **מוצ"ש, 9.3.19 שעה 17:30**, אולם תרבות שלהב"ת. כניסה + כיבוד 40 ₪.

לבחור לראות את הטוב – יום האישה הבינלאומי

לרגל יום האישה הבינלאומי, מופע שירה + הרצאה, בשלהב"ת. מרצה ושרה: **מיכל זאבי וינטר**, תושבת קריית טבעון, זמרת ויוצרת, יועצת חינוכית, מדריכת הורים (אדלר). חוויה ייחודית ומעצימה בה מקבלים כלים לזיהוי חסמים המעכבים אותנו ומתוודעים לחשיבה החיובית, המסייעת לבחור, לראות את חצי הכוס המלאה ולהתמקד במה שחשוב באמת. במופע ישולבו שירים מקוריים ושירים מוכרים, השזורים יחד בסיפור אישי של צמיחה ממשבר. **יום רביעי, 6.3 בשעה 17:00. כניסה: 20 ₪. אולם תרבות שלהב"ת.**

הרפורמה החדשה בסיעוד

לאור פניות ושאלות שהגיעו לעמותה וכשירות לציבור הרחב, הנכם מוזמנים להגיע להרצאת הסבר על עיקרי השינויים הנוגעים לשירותי הסיעוד שניתנים לזכאי המוסד לביטוח לאומי בעקבות הרפורמה החדשה בסיעוד.
מרצה: מנכ"ל שלהב"ת, **אלי פוליאקוב**, גרונטולוג.
שני מועדים לאותה הרצאה: **יום ראשון, 3.3 בשעה 17:00. יום ראשון, 17.3 בשעה 09:30.** באולם תרבות שלהב"ת.
הכניסה חופשית ניתן גם לפנות לייעוץ פרטני ללא תשלום בנושא, למשרדי העמותה, 9535750.

ייפוי כוח מתמשך

מהו ייפוי כוח מיוחד זה?
מה בינו לבין ייפוי כוח אחר - רגיל או נוטריוני? מדוע מהווה תחליף לאפוטרופוסות?

מרצה: **עו"ד עידן גרושקובסקי**
נוטריון ומגשר מקרית טבעון

יום חמישי, 14.3 בשעה 17:00
באולם תרבות שלהב"ת הכניסה חופשית

שחרית שבת

16 מרס, 11:00, אולם תרבות שלהב"ת.

נארח את **אל"מ איציק רונן** ,מח"ט שריון. מחבר הספר – האדם שבטנק - שזכה להצלחה רבה והפך לרב מכר. מידע מפורט יופיע במרכז העניינים.