

גמלאון

דו-ירחון לגמלאי התעשייה האווירית

גיליון 101
ספט' 2014
תשרי תשע"ה

שנה טובה



הארגון הארצי של גמלאי התעשייה האווירית

לקום כל בוקר עם נוף לים
זה לא חלום, זו המציאות!

בני הגיל השלישי,

"הבית בבת ים" מרשת מגדלי הים התיכון, רשת הדיור המוגן המובילה בישראל, מזמין אתכם להגשים חלום ולהצטרף למשפחת הדיירים המכובדת בבית הממוקם ממש לחוף הים, באחד המקומות היפים ביותר בארץ. זה לא חלום זו מציאות מפנקת ומסוגננת שתגשימו אותה יחד עם חברים רבים שמחכים רק לכם.

וכל זאת במחיר החל מ:

4,500 ₪ לחודש!

לדירת 2 חדרים

מלאי הדירות מוגבל, התקשרו כבר עכשיו

*בכפוף לתשלום דמי פקדון ולתנאי המבצע | המבצע עד 15/11/2014 או עד גמר במלאי המחיר הינו ליחיד בדירה | אין כפל מבצעים | החברה שומרת לעצמה את הזכות לעצור את המבצע בכל עת.



COHEN CHEZIA, RA



מגדלי הים התיכון

מובילה את סגנון החיים לגיל השלישי בישראל

לפרטים נוספים חייגו:

***6010**

www.migdalei.co.il

הבית | הבית | הבית | הבית | הבית | הבית | הבית
בנורדיה | בכפר סבא | ברמת השרון | בצומת סביון | בבת ים | בגני תקווה | בירושלים

שילוב מושלם של בריאות ומהירות



© 2014 Carmel Direct Ltd. All rights reserved.

מוצר השנה
בחירת הצרכנים



פרס החדשנות 2014

בקטגוריית כלי מטבח

MASTER SLICER סיבוב מהיר לחיים בריאים

מהיום, כל אחד יכול לקחת את הבריאות בידים, בסיבוב מהיר. עם MASTER SLICER המקורי, בסיבוב ידני הירקות נחתכים בקלות ובמהירות לסלטים טריים יותר, השומרים על ערכם התזונתי. תוכלו גם לקצוץ ולייבש עשבי תיבול טריים, לערבב רטבים ביתיים ותערובות ביצים בצורה מושלמת. בכל מסכת, בכל מקום... לבריאות.



רוצים לדעת
למה הישראלים
משוגעים ממנה?



סלט בסחות
מעורר עשית



קל
לניקוי



להכין מזרחים
לחיתוך מועלם



אחריות מלאה
לשנה

הטבה מיוחדת בכל רכישה



CARMEL DIRECT
עולם של מותגים



לרכישה, לפרטים ולבירור החנות הקרובה לביתך:
www.carmeldirect.com | 1-700-700-642

SLICER®

מעבד המזון המתקדם בעולם

תוכן עניינים

5	דבר יו"ר הארגון
6	דבר המערכת
8	ברכה לראש השנה
10	מהנעשה בתע"א
13	ועדת תרבות
14	ועדת רווחה ובריאות
22	תזונה בגיל השלישי
24	ועדת סניפים ומועדונים
36	ועדת טיולים ונופשונים
42	ועדת תעסוקה
48	ועדת דיור מוגן וניצולי שואה
52	ועדת ספורט וחוגים
55	ועדת דת
56	ועדת קבילות
58	ההיסטוריה שלנו בתמונות
60	חברים כותבים
63	ביקור גמלאים במפעל מנועים
64	ביקור גמלאים במפעל שירותים תעשייתיים
66	דבש הכל דבש
70	תשבץ
71	נפטרים

גמלאון

דו-ירחון של גמלאי התעשייה האווירית

כתובת הארגון: ארגון גמלאי התעשייה האווירית,

מח' 0012, נתב"ג, מיקוד 70100

דואר אלקטרוני: gimlaim@iai.co.il

כתובת האתר באינטרנט: www.iai-gimlaim.org

מערכת הגמלאון: הלל גולן - יו"ר, שולה לונץ - עורכת ראשית, דני שחם, רפי אפטר, יהושע סעד, רחמים חלפון, יהודית ירושלמי, פליקס פרטוק.

טלפונים:

הנהלת הארגון (מזכירה מיטל):

03-9355654 פקס 03-9354883

מזכירות הארגון: 03-9357115 פקס 03-9356969

מוקד "אוזן קשבת": 03-9354859, 03-9768835

רווחה ופרישה בתע"א: 03-9353442 (בת שבע),

03-9353600 (קלרה)

קופת תגמולים: 03-9354939

יועץ מס יהושע אביאור (בימי ג'): 050-3202396

מבטחים: *6667

Produced & Published by:

I.T.N.
Israel Travel News Ltd.

רח' גוש עציון 11,

גבעת שמואל 53040

טל: 03-5251646 פקס: 03-5251605

office@itn.co.il | www.itn.co.il

מו"ל ועורך ראשי

אייל שמואלי

מנכ"ל

טל שמואלי

עיצוב גרפי

ט.א.ג קונספט

מנהלת שיווק

סיגל שמואלי

מכירות

יובל נבו

מכתבים למערכת ומאמרים עוברים עריכה. המערכת אינה מחזירה כתבי יד.

המערכת אינה אחראית לתוכן של מודעות הפרסומת בחוברת זו.

בגיליון זה מוזכרים מוצרים, נותני שירותים אשר מציעים את שירותיהם ויצרנים המפרסמים את מוצריהם. להסרת כל ספק, כל עסקה נעשית בין הרוכש הגמלאי והספק בלבד, ואין לארגון גמלאי תעשייה אווירית כל חלק בה. ארגון גמלאי התעשייה האווירית לא בדק ואינו אחראי למחיר ולאיכות המוצרים והשירותים המפורסמים.



דבר יו"ר הארגון

גמלאות וגמלאים יקרים ובני כו"ס,



יעקב שפי - יו"ר

שנת תשע"ה בפתח וזה הזמן לסכם את השנה המסתיימת. בשנה זו חווינו (רובנו) בהנאה מרובה, את הגמלאדה בקוסטה ברווה שבספרד. חגגנו גם את יום האישה, שהשנה נערך במתכונת של נופשון בבית מלון באילת, והשתתפו בו מאות גמלאות.

הפעילות השוטפת בארגון, שמפעילות הוועדות השונות הייתה אינטנסיבית: הטילוים, הנופשונים, ההרצאות באועדונים, הטיפולים בביטוחים, הטיפולים בניצולי שואה ובמיוחד הפעילות המבורכת והעזרה לפרט של ועדת הרווחה והבריאות.

ההכנות לגמלאדה הבאה בעיצומן, ובקרוב תצא הודעה מסודרת בנושא.

השנה המסתיימת כללה גם את התקופה של "צוק איתן". תקופה לא קלה גם לעורף במיוחד לחברינו בדרום. משפחות רבות נוספו למשפחת השכול ורבים מצפים עדיין להבראה ולשיקום. ליבנו איתם!

ברצוני לברק אתכם, חברי וחברות הארגון ואת בני משפחותיכם בחג שמח, שנה טובה, בריאות טובה ואריכות ימים.

יעקב שפי

יו"ר ארגון גמלאי התע"א

דבר המערכת

חברות וחברים,



הלל גולן - יו"ר

הקיצ' כמעט חלף כבר לו, גם שנת תשע"ד עומדת להסתיים ואנו ממשיכים. מי ייתן והשנה החדשה, תבוא על כל אחד מאיתנו לטובה, לא פחות מאשר השנה החולפת. ולואי שלא נחוות תקופה כמו זו של "צוק איתן".

עקב מבצע "צוק איתן" בוטלו הסיורים המתוכננים במפעלים. בהמשך יוחלט על מועדי ביקור חדשים והללו יובאו לידיעתכם. על שני סיורים שהתקיימו תקראו בגיליון זה.

כרגיל מתפרסם כאן המידע הרלוונטי על פעילויות הארגון: טיולים, נופשונים הרצאות במועדונים וגם האירוע השנתי שיתקיים בתאריך 22/10/2014 עם המחזמר "גברתי הנאוה" של תיאטרון הבימה. האם זכרתם לרכוש כרטיסים?

המתעניינים בדיוור מוזן ימצאו בעיתון את רשימת בתי דיוור מוזן שעמם יש לארגונו הסכם. ניצולי שואה יוכלו לקרוא כאן על שינויים במסגרת הרנטה הסוציאלית על עבודה בשטח, על הנחה בתשלום הוצאות מים, ועל הגדלת תקרת ההכנסה במסגרת המענק ליוצאי רומניה.

בכתבה "מהנעשה בועדת רווחה ובריאות" ניתן לקבל מידע על קצה המזלג על שירותים בתחום הבריאות: "שח"ל", "מוניטור" ו"הרצל"יה מדיקל סנטר". מידע מפורט יותר, אם נדרש, ניתן לקבל באמצעות פנייה למוקד "אוכן קשבת" שבו ממתנים לפניותיכם בימי השבוע עד השעה 13:00.

על התכונה הנכונה תקראו ב"תכונה בגיל השלישי" ועל הטיפול הנטרופאטי ביתר-לחץ-דם - במאמר המפורסם בגיליון זה.

על הקשר בין הקשרים החברתיים שלנו לבין ההרגלים החיוביים או השליליים שלנו, כלומר השפעתם על כל רובדי חיינו, תוכלו לקרוא בכתבה של "מכללת הערבות".

אנו חוזרים ומזכירים שנשמח לקבל מכם הערות והצעות. הכתובת למעלות: gimlaim@iai.co.il או hgolan2@iai.co.il

זכרו נא שזיתוננו מגיע לביתכם אחת לחודשיים או יותר, בעוד שאתר האינטרנט שלנו מתעדכן באופן שוטף ולכן המידע בו מעודכן יותר. הנכם מוזמנים לגלוש בו בכתובת: www.iai-gimlaim.org

הלל גולן
יו"ר ועדת המעלון

בואו להגשים חלום ולגור בכפר הגמלאים היפה בישראל!

"הבית בנורדיה" מרשת מגדלי הים התיכון, רשת הדיור המוגן המובילה בישראל, מזמין אתכם להגשים חלום ולהצטרף למשפחות הדיירים בכפר הגמלאים היפה ביותר בארץ במושב נורדיה (בין צומת השרון לנתניה, חצי שעה מחיפה) וליהנות מסביבה כפרית, מפנקת ומסוגננת יחד עם חברים רבים שמחכים רק לכם.

מבצע למהירי החלטה! 6 דירות אחרונות!

700,000 ₪
לדירת 2 חדרים

*במסלול דמי כניסה ותנאי החברה | לדירות בשלב ב' | בתוספת דמי אחזקה חודשיים | המבצע בתוקף עד 15/11/2014 או עד נמר המלאי | אין כפל מבצעים | החברה שומרת לעצמה את הזכות לעצור את המבצע בכל עת



מגדלי הים התיכון

מובילה את סגנון החיים לגיל השלישי בישראל

***6010**

לפרטים
נוספים חייגו:

www.migdalei.co.il

הבית בנורדיה | הבית בכפר שבא | הבית ברמת השרון | הבית בצומת שבין | הבית בבת ים | הבית בגני תקווה | הבית בירושלים



בפרוס השנה החדשה, שנת תשע"ה,
מברכת מועצת הארגון של גמלאי התעשייה האווירית
את כל חברי הארגון ובני משפחותיהם,
את הנהלת התעשייה האווירית,
את ארגון העובדים ואת עובדי התעשייה האווירית
בשנה טובה ומבורכת,
שנת בריאות טובה, אושר, שלום וביטחון.

יעקב שפי
יו"ר הארגון

עמרם אופטובסקי
מסנה ליו"ר הארגון

צבי פיק
מזכיר הארגון





"הבית בכפר סבא" הדירות היפות בעיר!

בני הגיל השלישי,

בואו לראות את הדירות היפות והמחודשות שיש ב"בית בכפר סבא", בית הדיור המוגן המוביל באזור השרון, מרשת מגדלי הים התיכון ולהתרשם משפע הפעילויות והחברה התוססת שהבית מציע לדייריו.

לרגל השקת הדירות המחודשות מבצע לזמן מוגבל!
חצי שנה ללא דמי אחזקה
והסדר סיעודי חינם!



COHEN • HEZIA P.A.

*המבצע עד 15.11.14 או עד נמר המלא | אין כפל מבצעים | כרוך בפקדון החברה שומרת לעצמה את הזכות לעצור את המבצע בכל עת.

נותרו דירות אחרונות!



מגדלי הים התיכון

מובילה את סגנון החיים לגיל השלישי בישראל

לפרטים נוספים חייגו:

***6010**

www.migdalei.co.il

הבית | הבית | הבית | הבית | הבית | הבית | הבית
הנורדיה | בכפר סבא | ברמת השרון | בצומת סביון | בבתי ים | בגני תקווה | בירושלים



מהנעשה בתעשייה האווירית

מערכת "ברק 8" זוכה בפרס החדשנות הטכנולוגית

מערכת ההגנה האווירית המתקדמת "ברק 8" זכתה בפרס לחדשנות טכנולוגית בתחום ההגנה האווירית. היא מציגה יתרון מובהק בשני קריטריונים:

בתחום טכנולוגיות פורצות דרך, חדשנות וחשיבה יצירתית וכן בעלת תרומה משמעותית לביטחון הלאומי: מספקת הגנה מפני מגוון רחב של פלטפורמות וחימושים אוויריים. יש לה יכולת פעולה ביום ובלילה, בכל מזג אוויר ומתמודדת בהצלחה עם תרחישים מורכבים בזירת הקרב.

המערכת נמכרה ללקוחות בארץ ובחו"ל בהיקפים כספיים נכבדים.

אל"מ (מיל) **יעקב גליפת**, מנהל מפעל מערכות הגנה אווירית בתע"א ציין כי המערכת היא אחת מספינות הדגל של התע"א.

אלוף (מיל) אייל בן ראובן- ר' מטה היבשה

אלוף (מיל) **א' בן ראובן** מונה לאחרונה לעמוד בראש מטה היבשה בתעשייה האווירית.

התע"א שמה לה למטרה להעמיק את פעילותה בתחום היבשה. גם כיום מציעה היא מוצרים העונים לצרכי זרועות היבשה בארץ ובעולם, ושוקדת על פיתוחים חדשים.

האלוף בן ראובן, מילא שורה של תפקידים בכירים בזרוע היבשה של צה"ל ויתרום מעתה לביסוס קשרי העבודה עם לקוחות ולהרחבתם, וכן יקדם פרויקטים בנושאים מערכתיים וייחודיים בתחום.

מגן רוח - מערכת מכ"ם טקטית ניידת

מערכת זו, פרי פיתוחה של אלתא, מיועדת להגנה על כוחות הקרקע, מגלה, מאכנת ומתריעה על איומי תלול מסלול כמו רקטות, מרגמות ופגזים. כמו כן יעילה לגילוי מטרות אוויריות כמו מל"טים, גלשנים ועוד. המערכת נמצאת בתהליכי אספקה לצה"ל.

מודעה פרסומית

אז עד מתי תמשיכו לסבול כאבים???

75% מהאנשים חיים עם כאבים ו-90% מביניהם יכולים להיפטר מהם! טיפול פיזיותראפי יכול לעזור לכם לחיות חיים ללא כאב!

עם 21 שנות ניסיון והתמחות באורתופדיה בארה"ב אני מטפלת במקרים של:

- כאבי גב תחתון, צוואר, ברכיים, כתפיים ובכל המפרקים האחרים ● בעיות לחץ על עצבים שגורם להירדמות של גפיים עליונות או תחתונות ● שיקום לאחר ניתוחים אורתופדיים או אחרי שברים, נקעים וסדקים ● ירידה בשיווי משקל וקשיים בהליכה ● כאבים בכל חלקי הגוף בגלל אירועים ספציפיים או בלי סיבה מאובחנת ● טיפולים לאחר ניתוחים להחלפת מפרקים ● טיפולים משמרים ל"גיל הזהב" ● ועוד מגוון של בעיות אחרות הטיפוליים יחידניים, נמשכים 45-60 דקות וכוללים הבנת הגורמים לבעיה הייחודית, שימוש בשיטות טיפול ידניות המותאמות אישית לכל בעיה ולכל מטופל, לימוד תרגילי חיזוק ומתיחה למערכת השרירים ובניית תוכנית תרגול עצמית לשיפור היציבה והפחתת הכאבים.

לגמלאי תעשייה אווירית: 20% הנחה במחיר הטיפול, 25% הנחה לרוכשי 5 טיפולים או יותר.

ההנחה הינה רק לטיפולים המתבצעים בקליניקה. מחיר מיוחד לביקורי בית.

פגישת היכרות והערכה ראשונית ללא תשלום!

אתר: www.goodpt.co.il

טלפון: 050-9000430

מושב בני עטרות

גילי דקל



הרגעים היפים של החיים. עד 120

אנחנו מאמינים שכל רגע חשוב וזה הזמן לתת לעצמכם את הטוב ביותר שאפשר, לגור בבית מלא תוכן, חברים ועשייה, תרבות ואופי. עד 120. רשת עד 120 מזמינה אתכם לחיות את החיים במלואם. מחכים לכם.



רשת בתי מגורים
לגיל השלישי

***6120**

הזמנה לפגישה אישית - *6120



הבית בתל אביב



הבית בהוד השרון



הבית בראשון לציון

• הבית בראשון לציון • הבית בהוד השרון • הבית בתל אביב • www.ad-120.co.il

מיטב דע השתלמות מסלול מנייתי

10.97%

תשואה שנתית ממוצעת 5 שנים

0.80 - מדד שארפ | ריבית חסרת סיכון

www.meitavdash.co.il | נא חייג: *3366

מיטב דעס
הדרן הנכונה

החברה המנהלת הינה מיטב דש גמל ופנסיה בע"מ. מיטב דש השתלמות מסלול מניית, מ"ה 883, קידוד מוצר 000-0883-512065202-00000000000880. התשואות לקוחות מאתר "גמל נט" של משרד האוצר והינן נומינליות ברוטו **(לפני ניכוי דמי ניהול)**. למדיניות ההשקעה המפורטת ראה אתר באתר האינטרנט של החברה בכתובת www.meitavdash.co.il. **אין בתשואות שהושגו בעבר כדי להצביע על תשואות שתושגנה בעתיד.** אין לראות בנתונים הנ"ל ייעוץ השקעות ו/או שיווק השקעות ו/או ייעוץ פנסיוני ו/או שיווק פנסיוני המתחשב בנתונים ובצרכים של כל אדם. *08/2009-07/2014, **08/2013-07/2014, ***08/2011-07/2014. 1- נכון לילוי' 2014.

ועדת תרבות



רחמים חלפון - יו"ר

תזכורת

האירוע השנתי יתקיים בתאריך 22/10/2014
בו יוצג המחזמר

גברתי הנאוה

של תיאטרון הבימה.

ההתכנסות משעה 18:30. המופע יתחיל בשעה 19:30.



גמלאון



ועדת רווחה ובריאות

לתוקפו הסכם חדש שהיה במו"מ בשנה האחרונה המשפר את תנאי המבוטחים. חוברת גילוי נאות תישלח למבוטחי הראל.

● ביטוחי חברת "כלל" גמא גולן

ביטוחי בריאות וסיעוד לקבוצת גמלאי התע"א בחברת "כלל ביטוח", באמצעות גמא גולן סוכנות לביטוח בע"מ.

ההרצאה וההסבר על התוכניות הייחודיות לגמלאי התע"א, בנושאים המפורטים להלן, ניתנו ע"י עו"ד **אריק בן עזרא**, מנהל מכירות קולקטיבים ב"כלל בריאות" וע"י הגב' **מיה בן חמו**, מנהלת מחלקת בריאות וסיעוד בגמא גולן.

- ביטוח בריאות לכיסוי ניתוחים, השתלות, תרופות שאינן בסל הבריאות, רפואת חירום בשיניים וביקור רופא;

- ביטוח מבוסס פיצוי למקרה סיעוד;

- ביטוח תרופות שאינן בסל הבריאות.

נדונו היתרונות שבתכניות השונות, בפרט לקראת התמורות הרגולטוריות ובעקבותיהן.

השתתפו חברי הוועדה, מוקדני "אוזן קשבת" ויו"ר ועדת הביטוח, חברנו **שייקה אבני**.

● שירותי חברת מוניטור (מוקד לרפואה דחופה)

חברת מוניטור מספקת שירותי רפואה דחופה לגמלאי תע"א כבר 7 שנים.

את חברת מוניטור הציגו הגב' **שרונה גדות** מנהלת תחום הפרעות קצב, וד"ר **אמיר שחר** המנהל הרפואי של מוניטור.

מוניטור מפעילה מוקד רפואי ומספקת שירותי רפואה דחופה באמצעות טכנולוגיות מתקדמות מתחום הטלרפואה.

המוקד מאויש על-ידי צוות רפואי סביב השעון (24/365), מספק מענה טלפוני לפניות המנויים בכל זמן, ומאפשר להם באמצעות ציוד טכנולוגי הנמצא בביתם לבצע בדיקות דיאגנוסטיקה שונות, לשדרם

מהנעשה בוועדת הרווחה והבריאות



דני שחם - יו"ר

גמלאים וגמלאיות שלום רב,

גמלאון חגיגי, מס' 100, יצא לאור בחודש יולי האחרון. מאז הספקנו לעבור את מבצע "צוק איתן" שבמהלכו היה חלק גדול מגמלאינו באזורי "צבע אדום". מבאר שבע דרך אשדוד ועד תל-אביב, הוטרדנו מאזעקות ומיירוט טילים ללא הפסקה.

חברי ועדת הרווחה ניסו במהלך המבצע לשמור על קשר עם חברינו באזורים אלה, אך לצערי ללא הצלחה. אנו בודקים דרכים שונות כדי להתגבר על התקלה וכדי להצליח ליצור קשר עם אוכלוסייה רחבה ככל שאפשר.

בחודשיים האחרונים הכנסנו ל"אוזן קשבת" מערכת מחשוב חדשה. חבלי הלידה של מערכת זו אינם קלים, אולם בהדרכתו המעולה של הלל גולן יו"ר ועדת הגמלאון והמחשוב, תודות לסבלנותו ולניהולו, ובהיותו הוא עצמו חלק ממתנדבי "אוזן קשבת", עלינו על דרך המלך. בעוד מספר חודשים ניישם את המערכת החדשה בארגון כולו.

בוועדת הרווחה ממשיכים ושוקדים על איתור נושאים נוספים שיסייעו לגמלאינו.

ימי עיון

על מנת לשפר את טיב השירות הניתן לגמלאים ע"י חברי הוועדה ועל-ידי מתנדבי "אוזן קשבת", קיימנו בחודשים האחרונים 3 ימי עיון. ימי העיון כללו הרצאות בנושאים הבאים:

● ביטוחי חברת הראל

ההרצאה על הפוליסות השונות: שיניים, בריאות וסיעוד, ניתנה ע"י יו"ר ועדת הביטוח בוועד העובדים, מר **צביקה אקרמן**.

צוין ע"י המרצה שבחודש ספטמבר 2014 ייכנס

מנויי שחל מקבלים פרט למוקד הרפואי, מכשירי קצה כגון א.ק.ג 12 לידים, המאפשרים לשדר מרחוק נתונים רפואיים לצוות הרפואי. ולקבל מענה מיידי. בהרצאה הוצג מכשיר הא.ק.ג (מאושר FDA). כמו כן, הוצגו שיחות הממחישות את יכולות הרפואה מרחוק.

● הרצלייה מדיקל סנטר

בית החולים הפרטי הרצלייה מדיקל סנטר נותן שירות VIP לגמלאים. מר **אייל שימקוביץ** מנהל פרויקטים במחלקת השיווק תיאר את פעילות בית החולים, הד"ר **הדר ספיבק** מומחה לכירורגיה כללית הרצה על כירורגיה ועל שיטות ניתוחים שונות לקיצורי קיבה.

בדיון שקיימנו עם הנהלת בית החולים סוכם לשנות את שיטת ההתקשרות עם בית החולים. בקרוב נפרסם את השיטה החדשה שתביא לשיפור נרחב בטיפול.

● מס הכנסה

מריהושע **אביאור** סקר את השינויים ואת "החידושים" במס הכנסה.

לאחרונה קיבלו 100.000 גמלאים טופס ממס הכנסה המחייב אותם למלא ולפרט את כל רכושם והונם בארץ ובחול. בעקבות כך חויבו בעלי דירות המשכירים דירות לשלם מס על כל סכום העולה על 5080 ₪ לחודש.

הרצאה מפורטת בנושאי מס תינתן ע"י יהושע לאחר חגי תשרי.

**בברכת שנה טובה שנת בריאות
דני שחם
יו"ר ועדת רווחה ובריאות**

מיידית בעזרת קו טלפון רגיל למוקד מוניטור, ולקבל פענוח ואבחנה על-ידי צוות המוקד באופן מיידי. מוניטור מפעילה את המערך המתקדם בישראל לאבחון הפרעות קצב. האבחון והאיתור הראשוני של הפרעת הקצב כמו גם במעקב מתמשך לאחר שנתגלתה, מתבצעים באמצעות מערכת חיבור אינטרנטית של הקרדיולוג המטפל אל מוקד מוניטור המאפשר לקרדיולוג מעקב צמוד אחר האירועים, ובעקבות כך - קבלת החלטות מדויקות לגבי אופיו של המשך הטיפול. הניטור והמעקב מתבצעים באמצעות מכשיר א.ק.ג קטן מאוד ואלחוטי, אשר מאפשר לחולה להמשיך בשגרת החיים הרגילה ובמקביל לשדר הפרעת קצב מכל מקום ובכל זמן.

מוניטור INR הוא שירות מהפכני נוסף שמוניטור מפעילה לטובת ציבור הנוטל נוגדי קרישה. השירות מבוסס על היכולת הטכנולוגית המאפשרת בדיקת INR ביתית, ועל זמינות המוקד הרפואי למענה מקצועי בכל שעה.

● שחל רפואת העתיד

חברת שחל נותנת לגמלאינו שירותי טלרפואה. הגברת **יפעת מולדוואן** מנהלת השיווק הרפואי הציגה את פעולות החברה. היא החליפה את הרופא שאמור היה להרצות כי גויס למבצע "צוק איתן". שחל הינה ספקית שירותי הטלרפואה הגדולה בעולם, פועלת מזה שלושה עשורים. עם התפתחות הרפואה, ועליית תוחלת החיים כתוצאה מכך (יותר אנשים שורדים התקפי לב וחלקם מתמידים וחיים עם מחלות כרוניות), וכן עם ההתפתחות הטכנולוגית, הופכת הטלרפואה, רפואה מרחוק, לאחד מהתחומים המתפתחים והחשובים בתחום הבריאות.

שירות הטלרפואה של שחל נותן מענה רפואי 24 שעות ביממה 7 ימים בשבוע לכל מקום בארץ ובעולם.

"אוזן קשבת"

את הטיפול הנדרש ככל שניתן עפ"י המגבלות והיכולת של ועדת הרווחה והבריאות.

את עבודת הקודש מבצעים: **חיים צפוני, ריטה טל נוי, יוסף בקשי, מושון בואנוס, דוד בוך, ויקטור סמדר, שלמה אורן, יורם זוסמן** ועד לאחרונה גם **יוחנן פלד ז"ל**.

הפעילות היומית הכוללת שיחות נכנסות ותוכן, שיחות יוצאות ותוכן, קשר עם העובדות הסוציאליות, ביקורי הבית והפעילות בגינם, מוקלדת על מחשב לצורך תיעוד, בקרה וגיבוי פעולות המוקדנים. המחשוב של "אוזן קשבת" על כלל פעילותה מתבצע הודות לחברנו **הלל גולן**, שהשקיע ומשקיע מזמנו בתכנון המערכת הממוחשבת בבנייתה ובתחזוקתה השוטפת.

נושא שי פסח הינו באחריות הבלעדית של מנהל הרווחה של תעשייה אווירית ומטופל על-ידו. אין לוועדת הרווחה של ארגון הגמלאים קשר לנושא. הפניות הרבות אל "אוזן קשבת" בנושא שי פסח, שחוזרות מידי שנה, מעסיקות מאוד את המוקדנים ופוגעות ביכולתם לטפל בנושאים החשובים ושעליהם הם מופקדים. **בנושא שי פסח אנא פנו ישירות אל מנהל הרווחה של תעשייה אווירית.**

דוד בוך

"אוזן קשבת" כשמה כן היא: קבוצת מתנדבים במסגרת ועדת רווחה ובריאות בארגון הגמלאים, שתפקידם להקשיב לפניות החברים. והפניות הן רבות ומגוונות.

מידי בוקר מתייצבים שניים מהמתנדבים, המוקדנים התורנים, במשרד הארגון ליד הטלפונים, מוכנים לקבל את הפניות ולייעץ למתקשרים, והם אינם חסרים עבודה. הטלפונים (שני הקווים העומדים לרשותם) אינם חדלים לצלצל והנושאים הם רבים ומגוונים. אך אין זה תפקידם היחיד. עפ"י רשימות מוכנות מראש מתקשרים הם אל החברים כדי לשאול לשלומם. מכיוון שאין להם אפשרות להתקשר אל כולם בתדירות מספקת, ניתנת עדיפות להתקשרות אל החברים המבוגרים יותר ואל האלמנות והאלמנים.

כשמתברר שיש צורך במתן עזרה או בטיפול, מעבירים המוקדנים את המידע אל העובדות הסוציאליות המסורות שלנו, **טובה יששכרי ודנה פלנר** (ראו מאמר בנושא בגיליון זה). הן יוצרות קשר עם הגמלאי ומשפחתו, מבקרות בביתו ומטפלות על-פי הצורך. אך המוקדנים אינם מרפים. הם ממשיכים לעקוב אחר התקדמות הטיפול ונשארים בקשר עם המטופלים ככל שנדרש.

הפניות אל "אוזן קשבת" מגוונות. החל מבירורים על אירועים, על טיולים או על שי פסח, דרך בירורים בתחום הביטוחים, בריאות וסיעוד של "הראל" ו"כלל", וכלה בבעיות בריאות, אשפוז וכד'. כל פנייה מקבלת

ועדת רווחה - טלפונים

שם	פירוט	טלפונים ופקס	הערות
אוזן קשבת	במשרדי הארגון	03-9768835 03-9354859	
עובדת סוציאלית	טובה יששכרי דנה פלנר	03-7303205 03-9358450	050-4300330 052-7907878
ביטוח הראל	בריאות הראל - במרכז מוקד שיניים הראל - במרכז מזכירות הראל - במרכז בריאות וסיעוד	03-7547010 03-7547222 03-7547222 1-800-540-000	שלוחה 7 שלוחה 6
	משרד הראל בתע"א: טלפון (מרכזיה) פקס	03-9772257 03-7348599	
גמא גולן	ביטוח בריאות, סיעודי פקס בתע"א	03-5670404 03-5670405 03-5670444	ביטוח קולקטיב תע"א שלוחה 4 מאיה, שירן, לירון, מיטל
אלי ארליך	סוכנות ביטוח תאונות אישיות ונסיעות חו"ל	טל': 03-6090880 פקס: 03-6090890	מלינדה שלוחה 4 רוית שלוחה 0
ייעוץ משפטי	עו"ד דרור שרמן	03-6132525	050-2005000
ייעוץ משפטי	מרקמן את טומשין	08-9393100 08-9393101	רחובות ואשדוד
ביטוח לאומי		*6050	
אזרח ותיק		8840* *4843	
מבטחים		*6667	
שחל	טלרפואה	*6626	משה שאול - 054-6622331
מוניטור זהב	לחצן מצוקה, מכשיר לבדיקת א.ק.ג., טלרפואה	03-7166180	יניב אליהו 054-7740591
יד שרה	כפתור מצוקה	*6444	
הדים	שמיעה	050-6619576	נועה כהן
מדנט	שמיעה	08-6237984	שלוחה 4
מדטון	שמיעה	03-5268100	
בקול	ארגון כבדי שמיעה	03-5257001	פקס 03-5257004
אפוס נעליים	מיוחד לכאבי גב וברכיים	*2767	
הרצלייה מדיקל סנטר	זימון תור לרופאים מומחים	09-9592988	אורה קט (ניתן להשאיר הודעה)
תשבץ	סיעודי עובדים זרים ציפי גלעד	03-6321010 050-8870484	
מרפאת שיר"מ - אסף הרופא	טיפולים אלטרנטיביים הפרעות שינה שיקום הלב מרפאת עור, טיפולים פוטו- דינמיים ניתוחים קוסמטיים	08-9779931 08-9774497 08-9778424 08-9778148 08-9778408 08-9979986 057-2005000 08-9779397	
ביטחון תע"א		03-9353770	



הארגון הארצי של גמלאי
התעשייה האווירית

ניתוחים אורתופדיים מבצעים בהרצליה מדיקל סנטר



הרצליה
מדיקל
סנטר



ארגון גמלאי תע"א הגיע להסדר עם בית החולים הפרטי הרצליה מדיקל סנטר, למתן שרות אישי גם בתחום האורתופדיה.

בכירי האורתופדים בישראל מבצעים בבית החולים מידי שנה אלפי פעולות וניתוחים בטכנולוגיות מהמתקדמות בעולם.



הרצליה
מדיקל
סנטר

למידע נוסף נא להתקשר
למוקד השרות עבור חברי
גמלאי תעשייה אווירית
בהרצליה מדיקל סנטר:
072-2169536

או לשלוח מייל:
private.care@hmc-ims.com

- ניתוחי החלפת מפרק ירך וברך.
- ניתוחי מרפק וכף יד.
- גב ועמוד שדרה - טיפולים בפריצות דיסק ובעיות עמוד שדרה, מבוצעים גם בגישה זעיר פולשנית, בהרדמה מקומית בלבד ובאשפוז יום.
- הטיפולים והניתוחים בהשתתפות הביטוח המשלים של קופות החולים וביטוח הבריאות שברשותכם.

כחברי ארגון גמלאי תעשייה אווירית, תוכלו ליהנות משרות אישי בכל התהליך הנדרש:

- בחירת אורתופד מומחה לייעוץ.
- בדיקות רפואיות - זימון תור מהיר לצילום רנטגן, CT או MRI.
- בחירת מנתח - באפשרותכם לבחור את המנתח ואת מועד הניתוח.
- ליווי אישי - סיוע וליווי אישי במהלך שהותכם בבית החולים.

הטיפול הנטורופאטי ביתר-לחץ-דם

בנטילתן, ומתן לגיטימציה להמשיך באורח החיים הלקוי המלווה את המחלה. ברוב המקרים כמות התרופות עולה עם הזמן ולחץ-הדם מתאזן זמנית. אם לא נעשה שינוי באורח החיים, כמות התרופות תעלה ועימה סיבוכי המחלה: מחלות כלי דם ולב, שבץ מוחי, פגיעה בכליות ועוד.

הטיפול הנטורופאטי להורדת יתר-לחץ-דם כולל התאמת תוכנית אישית בכל המישורים הנוגעים למחלה.

אצל מרבית המטופלים הלוקים ביתר-לחץ-דם המחולל הוא התזונה: תזונה ענייה בסיבים ועשירה במלחים המגיעים ממזונות מהירים ומוכנים ממאזרים, כגון: קופסאות שימורים, שקיות, מזון מהיר, אבקות מרק תבלינים מעובדים, חטיפים, ממתקים ועוד. דיאטת ניקוי נכונה, דלת נתרן ועשירה באשלגן, שכוללת פירות, ירקות, דגנים וקטניות, יכולה לסייע באורח משמעותי להורדת לחץ-דם. את הדיאטה ניתן לקיים בשלבים בהתאם לחומרת המצב ובהתחשב במחלות הנלוות. המטרה העיקרית היא לחפש את הגורמים במזון האחראים להעלאת לחץ-הדם ולהחליפם במזונות המנקים את הגוף ושומרים על זרימת דם תקינה.

אחת הדוגמאות היא הכנסת משפחת הירקות העליים לתפריט, למשל, תרד, פטרוזיליה, רוקט, עלי סלק, כוסברה, סלרי, כרוב. ירקות אלה עשירים במינרלים, בכללם אשלגן, ומסייעים בסחיפת הנתרן מהגוף באמצעות השתן. במקביל יש לבצע שינוי חד בתפריט ולהוציא את רוב המזונות המתועשים והמעובדים העשירים בנתרן.

כאשר הטיפול באמצעות דיאטה אינו עוזר, ניתן להשתמש בתוספים ובצמחי מרפא המסייעים להורדת לחץ-הדם. חשוב להיוועץ באיש מקצוע המכיר את התרופות שאותן נוטל המטופל, ויודע מהן

בחברת השפע של ימינו שכיחות לחץ-דם גבוה עולה עם הגיל. לחץ-דם גבוה מוגדר כלחץ העולה על 130/90 בהתאם לגיל ולמחלות הנלוות. כאשר בודקים אוכלוסיות שונות ברחבי העולם, התמונה שונה לגמרי. באזורים שאינם מפותחים ואינם מתועשים רמות לחץ-הדם נשארות בסביבות 120/80 לאורך כל תקופת חיי התושבים. עמידות זו קשורה באורח חיים פעיל ובריא.

יתר-לחץ-דם עלול להיות מסוכן, אולם רבים מהלוקים בו כלל אינם מודעים לכך, לכן נהוג לכנותו "הרוצח השקט". בישראל, אנשים הלוקים ביתר-לחץ-דם, מעשנים, בעלי עודף משקל, בעלי אחוז גבוה של שומנים בדם וסוכרת, נמצאים בסיכון הגבוה ביותר למות מסיבוכיה של מחלת יתר-לחץ-הדם. סימנים המופיעים בדרך כלל עם עליית לחץ-הדם הם כאב ראש, דופק מהיר, הרגשה כללית ירודה, בחילה, עייפות, אודם בפנים וסחרחורות.

בעבר צרכו בני האדם מזונות טבעיים המגיעים מהאדמה: פירות, ירקות, דגנים וקטניות, והמעיטו באכילת מזונות מהחי. כיום, בעידן המודרני, השתנה המצב, ואת רוב המזונות אנו רוכשים בסופרמרקט, כאשר מרביתם מעובדים ומתועשים, עשירים בנתרן (מלח) ועניים בסיבים. כאשר עורקי הגוף חשופים לרמות גבוהות של נתרן ושומנים, נוצרת חסימה הדרגתית כתוצאה מתהליך מתקדם של טרשת עורקים. תהליך זה נקרא יתר-לחץ-דם. הטיפול הנפוץ והמהיר הוא שימוש בתרופות שמיונן עולה בהדרגה עם הגיל או עם התסמינים הנלווים: עלייה במשקל, שומנים בדם, סוכרת, מתח וחוסר פעילות גופנית.

יתר-לחץ-דם הוא המצב הרפואי בה' הידיעה שבעטיו ניתנים מרבית המרשמים לתרופות. הבעיה המרכזית בתרופות אלו היא השפעות הלוואי הכרוכות



שלא כמו התרופות להורדת לחץ הדם, אין לטיפול הנטורופאטי השפעות לוואי. בכל מקרה יש לקבל במקביל לטיפול, ייעוץ מרופא ותמיכה באמצעות תרופות, ובנוסף להתייעץ עם נטורופאט המתמחה בהורדת לחץ-דם.

ממידע המגיע ממחקר שנעשה בביה"ח אסף הרופא בנושא יתר-לחץ-דם וסוכרת, ולאחר אלפי טיפולי נטורופתיה באנשים הלוקים ביתר-לחץ-דם, עולה כי התוצאות הרפואיות מרשימות ויעילות, ללא השפעות לוואי ועם רווח בריאותי משני בכל התחומים. כמו כן, יש מטופלים אשר לאורך התהליך או בסופו יכולים, באישור רופא, להקטין את מינון התרופות להורדת לחץ-דם ושומנים בדם. גם לאנשים הלוקים ביתר-לחץ-דם ובמחלות נלוות יש סיכויים טובים מאוד להילחם באופן טבעי במחלות, ולהביא לשיפור בריאותם באמצעות שינוי אורח החיים.

עינת בודנשטיין N.D
נטורופאטית בשיר"מ "אסף הרופא"

ההתנגשויות העלולות להיווצר ביניהן לבין תוספים או צמחי מרפא להורדת לחץ-הדם.

יש מטופלים, שהדגש המרכזי ביתר-לחץ-הדם שלהם הוא סדר יום לחץ, גדוש במתח ובתסכולים. תפקיד הנטורופאט במקרה זה, הוא לעזור להתמודד עם המתחים ולהציע נקודת מבט חדשה לבניית סביבה שקטה יותר ובריאה. ניתן לעשות זאת על-ידי בניית תוכנית להפגת מתחים באמצעות שיטות כמו דמיון מודרך, נשימות וטכניקות מעולם הגוף והנפש. במקביל יש לבנות לכל מטופל הסובל מיתר-לחץ-דם תוכנית אימון גופני, המתחשבת במצבו הבריאותי והכלכלי, אשר ניתן להתמיד בה לאורך זמן ואף להעלות את רמת הקושי בעתיד למען בריאות הלב.

תהליך הריפוי הנטורופאטי גורם לפתיחת חסימת העורקים ולהזרמת דם תקינה. את השינויים ניתן לראות כבר לאחר שלושה חודשים מתחילת התוכנית, באמצעות בדיקות דם הכוללות שומנים בדם, ערכי כליות, דילול הדם, ערכי סוכר ועוד. חשוב לציין,

בית רות וראובן סידני ברמלה

בגיליון הקודם סיפרנו על שיפוץ ביתם של הגמלאי סידני ראובן ורעייתו, בשיתוף פעולה בין בית הספר אורט תע"א לוועדת הרווחה של ארגון גמלאי תע"א. להלן תמונות למזכרת מטקס סיום העבודה.



השירות הסוציאלי לשירותך

שירותי אחיות להשגחה פרטית לאחר ניתוח:

מטופלים אחרי ניתוח במסגרת בית החולים, המבוטחים בביטוח מושלם של קופות החולים, זכאים לקבל אחות פרטית בבית החולים, והחזר הכספי יינתן כנגד חשבונית מס כחוק.

שירותי אפטרופסות, לאלה הלוקים באובדן התמצאות בזמן ובמקום, וזקוקים להשגחה מלאה במשך כל שעות היממה, תלויים בכל פעולות היומיום בזולת, (לדוגמת חולי אלצהיימר/דמנציה), אנו נותנים שירות לאורך כל ההליך המשפטי עד קבלת המינוי, וחוסכים מן המשפחה התרוצצות מיותרת, עורכי דין ובתי משפט.

השירות ניתן על-ידנו בעלות סבירה ומופחתת בהשוואה לעלות בשוק הפרטי.

במהלך שנה זו, אנו מתכוונים להרחיב את סל השירותים, ונעדכן אתכם בהתאם. כמו כן, אנו מזמינים אתכם, להציע וליזום. כל מחשבה ורעיון יקבלו התייחסות הולמת ורצינית.

השירות ניתן לחברי הארגון בלבד

אני גאה להיות העובדת הסוציאלית בארגון, לתת לכם את השירות ברמה המקצועית והמיטבית, ועושה זאת במסירות ובאהבה רבה.

תמיד לשירותכם, בברכת שנה טובה, בריאות מלאה, אהבה ושלוש.

תכלה שנה וקללותיה, תחל שנה וברכותיה

עו"ס טובה יששכרי - י.ה.ל.

נייד: 0504300330

כשאנו עומדים בפתח שנה חדשה, מצאתי לנכון, לערוך סיכום מתומצת של שנת הפעילות שחלפה.

כמה מילים אודות השירות וכיצד הוא פועל: השירות הסוציאלי/ועדת רווחה ובריאות, הוקם לפני כחמש שנים, בראשות **דני שחם**, הוא מתבסס על ארגון רחב של מתנדבים, ונותן מענה מקצועי והולם לכל בעיה וקושי המופנים ישירות אל העובדות הסוציאליות או באמצעות מוקדני "אוזן קשבת".

השירותים ברובם ניתנים ללא עלות:

עם קבלת הפנייה, ישירות או שזו מדווחת ע"י מוקדני "אוזן קשבת", חוזרת העובדת הסוציאלית כמעט באופן מיידי, או לכל היותר בתוך 12 שעות מאז התקבלה הפנייה במענה טלפוני למשפחה, ובמידת הצורך מגיעה לביקור בית כדי לאבחן את הבעיה, ועל מנת לאתר פתרון הולם בשיתוף המשפחה.

במהלך שנה זו, התקבלו עשרות פניות. כולן נענו טלפונית, ב-60 מקרים נערכו ביקורי בית.

במסגרת ביקור הבית, בשיתוף בני המשפחה, התגבשו פתרונות כדלקמן:

טיפול במסגרת ביתית: סיוע והכוונה בתביעת הזכויות עפ"י חוק סיעוד ומימושן, בהתאם לתפקוד החולה, ומבחן הכנסות.

למשפחות שלא עמדו במבחן הכנסות, הוצעו שירותי סיעוד בתשלום, מטיפול לבית/אחיות, ועד לטיפולים נקודתיים, כמו זריקות חבישות וכו'.

במידת הצורך קיימת אפשרות של סידור מוסדי, ומיצוי הזכויות במסגרת משרד הבריאות, וכן הפעלת הביטוחים על-פי מבחן הכנסות.

לחולים הזקוקים למסגרת מוסדית, ואינם עומדים במבחן הכנסות, אנו מסייעים באיתור המסגרת המתאימה, ובהפעלת הביטוחים אם יש כאלה.

שירות זה ניתן ללא עלות.



תזונה בגיל השלישי

מלאות, כלומר: לחם מקמח מלא, אורז מלא וכדומה, המכילים יותר ויטמינים.

שתיית מים - 6-8 כוסות ביום למצער.

ואחרון חביב - פעילות גופנית אירובית, המגבירה חילוף חומרים ובאופן בדוק מונעת מחלות שונות.

בפעמים הבאות אתייחס לבעיות בריאות נפוצות ובטיפול התזונתי בהן (שומנים בדם, יתר-לחץ-דם וסוכרת).

תפריט מאוזן יומי - דוגמה:

בוקר: כוס קפה (1/2 כוס חלב) ללא סוכר; פרוסת לחם מלא או שיפון + כף גבינה 5%. אפשר עם כפית ריבה או כפית טחינה גולמית.

ביניים: פרי.

צהריים: 1/4 עוף (עדיף ללא עור) אפוי או מבושל, או חזה עוף על האש, או נתחי עוף או הודו מוקפצים. כוס קינואה או אורז מלא או קוסקוס. ירקות טריים או מאודים (קישוא, דלעת, גזר).

ביניים: כוס קפה ללא סוכר או מיכל יוגורט 1.5%-3% שומן. אפשר 4-5 אגוזים בלתי קלויים.

ערב: סלט מגוון (5 צבעי ירקות, לדוגמה: עגבנייה מלפפון גזר בצל וכרוב סגול) עם 1-2 כפות שמן זית. 2 פרוסות לחם מלא או שיפון, 2-3 כפות גבינה 5%. ביצה או 1 כף טונה.

לילה: פרי טרי או 2 תמרים מיובשים.

בשאלות ניתן לפנות אליי לכתובת:
bat_lev@yahoo.com

בתיה לוי
דיאטנית קלינית

שלום רב, שמי **בתיה לוי**, דיאטנית קלינית למעלה מ-20 שנה, עובדת בקופת חולים כללית. התמחיתי בטיפול בבעיות שונות כמו סוכרת, מחלות גסטרו-אינטסטינליות שונות וכן בטיפול בבעיות תזונתיות של פעוטות וילדים.

בעבר השתמשנו במושג "גיל המעבר". לאן אנו עוברים? כמובן לגיל השלישי. מהו הגיל השלישי? - אחרי גיל 60.

בדרך כלל בגיל זה חלים שינויים באורח חיינו ואנו עוברים מאורח חיים פעלתני מאוד, מחוץ לבית, לאורח חיים מתון יותר. יש שעות פנאי רבות יותר לעיסוקים שונים ולתחביבים שהשארנו "לתקופת הפנסיה", וכן, זמן איכות עם הנכדים.

עם זאת, אנו עלולים להיתקל בבעיות שונות בתפקוד הגופני. מתחילה ירידה ביכולות, יש קושי בשמירה על משקל תקין, מתגלות בעיות שונות במערכת העיכול ועוד כהנה וכהנה. בתקופה זו של החיים עלינו לשקול היטב ולתכנן את סדר היום שלנו מתוך דאגה לתזונה נכונה ובשאיפה למשקל תקין.

בכתבה ראשונה זו אתייחס לאנשים בריאים לחלוטין:

מכיוון שבגיל המעבר מתחילים בגוף תהליכים של פירוק רקמות, שרירים למשל, יש להקפיד על מזון חלבוני בעל ערך גבוה מידי יום: מנה בשרית (בקר רזה, עוף, הודו או דג), מוצרי חלב רזים (רצוי עד 5%) ביצים, טחינה. יש להקפיד על אכילת ירקות ופירות.

ירקות - מומלץ לאכול ירקות ב-5 צבעים: אדום ירוק לבן סגול וכתום - טריים או מבושלים.

פירות - 1-3 פירות ביום. אין לאכול הרבה מדי פירות ואף לא את כל המנה היומית בבת אחת.

שמן - 5-8 שקדים או אגוזים (שאינם קלויים ואינם מומלחים), 1-2 כפות שמן זית בסלט, 1 כף אבוקדו.

לחם - בכל ארוחה מומלץ לאכול מנת פחמימות, רצוי



חופשת שייט
הדרך הטובה ביותר
לראות עולם!

מגוון קרוזים בספינות פאר ליעדים היפים בעולם

NORWEGIAN SPIRIT

★★★★★

15/1 - 25/1

האיים הקנריים - טנריף, ספרד ומרוקו

כולל: טיסות **אל על** ישירות לברצלונה הלוך ושוב, 10 לילות הפלגה בחדר פנימי ע"ב פנסיון מלא, העברות מהשדה לנמל וחזרה, טיפים לנותני שירות באונייה.

\$1539 - *נציג של אשת קרוז באונייה לאורך ההפלגה
*יציאות נוספות בדצמבר, ינואר ופברואר

P&O VENTURA

★★★★★

17/9 - 24/9

איטליה, מחוז טוסקנה וקרוואטיה

כולל: טיסות **אל על**, 7 לילות הפלגה בחדר פנימי ע"ב פנסיון מלא, העברות מהשדה לנמל וחזרה לשדה, טיפים לנותני שירות באונייה.

\$1399 - *נציג של אשת קרוז באונייה לאורך ההפלגה
*יציאות נוספות 1.10

MARINER OF THE SEAS

★★★★★

28/2 - 17/3

אסיה - סאול קוריאה, סינגפור, סין והונג קונג

טיסות סדירות הלוך ושוב מסינגפור 3 לילות לינה בסאול במלון ברמת תיירות טובה. טיסה פנימית מסאול לסינגפור 3 לילות לינה בסינגפור במלון ברמת תיירות טובה. 8 לילות הפלגה ע"ב פנסיון מלא. 2 לילות לינה בשנגחאי במלון ברמת תיירות טובה. 8 סיורים מודרכים בסיאול, סינגפור ושנגחאי.

\$4599 - *נציג של אשת קרוז באונייה לאורך ההפלגה
*יציאות נוספות בדצמבר, ינואר, פברואר ומרץ

LOUIS CRISTAL

★★★★★

18/12 - 1/1

קובה - מדינת אי בצפון האיים הקריביים

כולל: טיסות סדירות סוויס אייר (דרך ציריך) הלוך ושוב להוואנה, קובה. העברות, 7 לילות לינה בהוואנה סלל ארוחת בוקר ו-5 ארוחות צהריים כמפורט במסלול. 6 סיורים מודרכים בעברית, כולל כניסות לאתרים כמפורט במסלול. 7 לילות הפלגה ע"ב פנסיון מלא, ויזה לקובה (אשרת כניסה ראשונה, שנייה יש לרכוש באונייה ב-\$40), טיפים לנותני שירות.

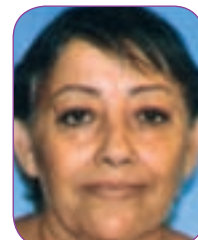
\$3519 - *נציג של אשת קרוז באונייה לאורך ההפלגה
*יציאות נוספות בדצמבר, ינואר, פברואר ומרץ



ועדת סניפים ומועדונים

הנכם מוזמנים להשתתף וליהנות ממפגשים ומהרצאות מעניינות.

במספר מועדונים הנוכחות דלה ואינה מצדיקה את פעילותם, ביניהם מועדון רמת גן. הגמלאים המתגוררים ברמת גן והסביבה מתבקשים להגיע ולתגבר את מספר הנוכחים בו, כדי להמשיך את פעילותו.



וקנין אנטואנט - יו"ר

מי מהחברים המעוניין להתנדב ולהרצות במועדונים מתבקש לפנות לח"מ.

אנו עושים כמיטב יכולתנו לקיים את תוכנית ההרצאות במועדונים כסדרה. לעיתים, מסיבות שאינן תלויות בנו, אנו נאלצים לשנות את התוכנית. ניתן להתעדכן באתר האינטרנט של הארגון, כל השינויים מעודכנים בו מייד.

תמיד לשירותכם - נשמח לקבל המלצות, הצעות וביקורות.

כולם מוזמנים - תודה!

אנטואנט וקנין
יו"ר ועדת סניפים ומועדונים

מועדון אשדוד

פעילות המועדון: בימי ב' בין השעות 10:30-13:00 ההרצאה מתחילה בשעה 11:00;
בימי ד' המועדון פתוח למשחקים בין השעות 10:00-13:00;
כתובת המועדון: מתנ"ס ט' ראשל"צ 4 פינת המשנה;
רכז המועדון: לזר אברהם טל': 052-6488658.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
15.09.2014	סלובניה היפה	שלמה פליבה
22.09.2014	ההיסטוריה של ספינות בט"ש בחיל הים הישראלי	גדי שכטר
29.09.2014	פמיניזם- מעמד האישה חלק א'	אודליה זמירה
06.10.2014	מסדרים וכתות בימי בית שני	יהודה רוזמרין
13.10.2014	חוה"מ סוכות - אין מפגש	
20.10.2014	ממשק מוח מכונה (כוח המוח)	ד"ר בן ציון רובינפלד
27.10.2014	שח"ל- טלרפואה, גורמי סיכון ללב, טיפול ומניעה	שח"ל אהובה
03.11.2014	מסע בנתיבי ההיסטוריה של המדינה עם יצחק רבין	שחר שומן
10.11.2014	עולם המחר	יואב יוכפז
17.11.2014	תעופה	הרי טל
24.11.2014	צ'רלי צ'פלין בקולנוע	אסנת פיינזילבר



מועדון באר שבע

פעילות המועדון: בימים א', ד', ה' בין השעות 10:00-13:00 למפגשי חברים, לגיבוש, לאירועים ולמשחקי חברה;
כתובת המועדון: מרכז פאני קפלן - רח' קלאוזר 15 באר שבע;
רכז המועדון: **יעקב אנקרי** טל': 052-8906091 ; **אבי הדר** טל': 052-3966195 ;
אלי גרוסמן טל': 052-8605901.

מועדון בקעת אונו

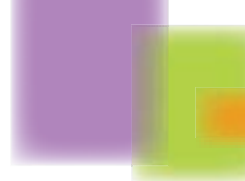
פעילות המועדון בימי ג' בין השעות 17:15-20:00. ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון: רח' ההדר 20 קריית אונו;
רכזת המועדון: **אדריאנה שוולב** טל': 050-3614200.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
16.09.2014	צבעי מאכל, חומרים משמרים ותחליפיהם	רחלי חפר
23.09.2014	אין מפגש - ערב לפני ראש השנה	
30.09.2014	שימושים חדשניים בגטיקה - ב'	ד"ר בן-ציון רובינפלד
07.10.2014	לביים את חיינו	אילן ברק
14.10.2014	חזה"מ סוכות - אין מפגש	
21.10.2014	שח"ל - טלרפואה, גורמי סיכון ללב, טיפול ומניעה	שח"ל/אהובה
28.10.2014	מיכאל הלפרין - הוזה וחוזר	חזי פוזגנסקי
04.11.2014	חידקים - סכנה או הזדמנות לאנושות?	יואב יוכפז
11.11.2014	פמיניזם - מעמד האישה חלק א'	אודליה זמירה
18.11.2014	רומא מהסרטים	שלמה פליבה
25.11.2014	תעופה	הרי טל

מועדון הרצלייה

פעילות המועדון: בימי א' בין השעות 18:00-21:00. ההרצאה מתחילה בשעה 18:30;
כתובת המועדון: רח' סירקין 6 בית הגמלאי הרצלייה;
רכז המועדון: **דני יסוד** טל': 052-4230955 ; **נתן בן יוסף** טל': 052-3663138 ;
ההרצאה הראשונה בכל חודש מתקיימת ביום ב' במועדון נעמ"ת - רח' מזא"ה 11, פינת הכוזרי בשעה 18.30.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
14.09.2014	מפגש הנשיאים טרומן וויצמן - פוליטיקה וציונות	עו"ד גרי פאל
21.09.2014	ההיסטוריה של ספינות בט"ש בחיל הים הישראלי	גדי שכטר
28.09.2014	ירוד - קטרקט	מאיר בן ורון
06.10.2014	מקס בינט לוחם סתר של המודיעין הישראלי במצרים	מישל בינט דגן



12.10.2014	חוה"מ סוכות - אין מפגש	
19.10.2014	אם אשכחך ירושלים תשכח ימיני	רו"ח חיים יואבי רבינוביץ
26.10.2014	מצרים של א-סיסי	אודליה זמירה
03.11.2014	מילאנו בירת האופנה והאופרה	שלמה פיליבה
09.11.2014	שיטת הקאסטות בהודו	מרדכי הדר
16.11.2014	"על הדבש ועל העוקץ" סיפור חייו של אריק שרון	חזי פוזנסקי
23.11.2014	הליכה לקיסריה	ד"ר יוסי נגר

מועדון חולון

פעילות המועדון: בימי ב' בין השעות 17:00-20:00. ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון: "מועצת הפועלים" רח' ההסתדרות 54 חולון;
רכזי המועדון: שמואל אפלברט טל': 052-8906137 ; דוד אלברט טל': 052-8301211 ;
אהרון סוויד טל': 052-6745326.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
15.09.2014	שח"ל - טלרפואה, גורמי סיכון ללב, טיפול ומניעה	שח"ל/אהובה
22.09.2014	מלטה - אי של אבירים	ד"ר יוסי נגר
29.09.2014	מנהיגים מהסרטים	אילן ברק
06.10.2014	מעמד האישה - חלק ב'	אודליה זמירה
13.10.2014	חוה"מ סוכות - אין מפגש	
20.10.2014	עונת המכשפות	שלמה פיליבה
27.10.2014	תעופה	הרי טל
03.11.2014	ניסיונו של אברהם בעקדת יצחק	חיים נתנאל
10.11.2014	ממשק מוח מכונה (כוח המוח)	ד"ר בן-ציון רובינפלד
17.11.2014	עולם המחר	יואב יוכפז
24.11.2014	רשמים מאפריקה	מנחם סיני

מועדון כפר סבא

פעילות המועדון: בימי ג' בין השעות 16:00-20:00. ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון: מועדון גמלאים עיריית כ"ס רח' נחשון 9 א' כפר סבא;
רכזי המועדון: גל משה טל': 052-3654249 ; אלי גולדהירש טל': 052-6308522.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
16.09.2014	מיכלאנג'לו	יהודה רוזמרין
23.09.2014	שח"ל - טלרפואה, גורמי סיכון ללב, טיפול ומניעה	שח"ל/אהובה
30.09.2014	לביים את חיינו	אילן ברק



07.10.2014	ההיסטוריה של ספינות בט"ש בחיל הים הישראלי	גדי שכטר
14.10.2014	"הכינור שלי-הריקוד שבלב"	חיה לבני
21.10.2014	שושנה דמארי - מלכת הזמר העברי	דורי חן
28.10.2014	מלטה - אי של אבירים	ד"ר יוסי נגר
04.11.2014	פמיניזם - מעמד האישה חלק ב'	אודליה זמירה
11.11.2014	לגוף יש חלקי חילוף	ד"ר בן-ציון רובינפלד
18.11.2014	מניעה בטיפול יתר-לחץ-דם וסוכרת	עינת בוידנשטיין
25.11.2014	מהצורה להכרזה	חזי פוזננסקי

מועדון לוד

פעילות המועדון: בימי א' בין השעות 17:30-19:30 ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון: בית "יד לבנים", רח' החשמונאים 8, ליד מפקדת משמר הגבול - לוד;
רכז המועדון: רפי אפטר טל': 054-7443090.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
14.09.2014	מיכלאנג'לו	יהודה רוזמרין
21.09.2014	סלובניה היפה	שלמה פיליבה
28.09.2014	מלטה - אי של אבירים	ד"ר יוסי נגר
05.10.2014	משירי כוכבי העבר	קאיה או מוטי שוורץ
12.10.2014	חזה"מ סוכות - אין מפגש	
19.10.2014	תעתועי המוח	אילן ברק
26.10.2014	תכנון פיננסי ופנסיוני לגמלאי תע"א	הבנק הבינלאומי/ציון שבתאי
02.11.2014	לגוף יש חלקי חילוף	ד"ר בן-ציון רובינפלד
09.11.2014	מעמד האישה - חלק ב'	אודליה זמירה
16.11.2014	ניסיונו של אברהם בעקדת יצחק	חיים נתנאל
23.11.2014	תעופה	הרי טל
30.11.2014	שוטר/עבריין - מצא את ההבדלים	ד"ר אבי זלבה



מועדון נתניה

פעילות המועדון: בימי ג' בין השעות 16:00-19:30. ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון: יד שרה, איכילוב 8 נתניה, בקומת הכניסה;
רכזי המועדון: אנטואנט וקנין טל': 03-9768776 ; 09-8613932 ; 052-2213976 ;
סלם פרץ טל': 052-3258046 ; אלברט אוטמזגין טל': 052-4445565.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
16.09.2014	מבורקס לקאלט	אסנת פיינזילבר
23.09.2014	חג שמח - ר' השנה	בני צרפתי
30.09.2014	התמודדות עם תהליכי שינוי	שרה ששון
07.10.2014	הרמת כוסית לחג סוכות	
14.10.2014	חזה"מ סוכות - אין מפגש	
21.10.2014	חידקים - סכנה או הזדמנות לאנושות?	יואב יוכפז
28.10.2014	עונת המכשפות	שלמה פיליבה
04.11.2014	מניעה בטיפול יתר-לחץ-דם וסוכרת	עינת בוידנשטיין
11.11.2014	רשמים מאפריקה	מנחם סיני

מועדון פתח תקווה

פעילות המועדון: בימי א' בין השעות 17:00-19:30. ההרצאה מתחילה בשעה 17:30;
כתובת המועדון: רח' ההסתדרות 19, מועצת הפועלים;
רכזי המועדון: ביום עזריאל טל': 052-7563573 ; דוד כביר טל': 052-2382802.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
14.09.2014	פמיניזם - מעמד האישה חלק א'	אודליה זמירה
21.09.2014	תכנון פיננסי ופנסיוני לגמלאי תע"א	הבנק הבינלאומי/ציון שבתאי
28.09.2014	ממשק מוח מכונה (כוח המוח)	ד"ר בן-ציון רובינפלד
05.10.2014	מלטה - אי של אבירים	ד"ר יוסי נגר
12.10.2014	חזה"מ סוכות - אין מפגש	
19.10.2014	אל-קפונה והפשע המאורגן	ד"ר אבי זלבה
26.10.2014	תעופה	הרי טל
02.11.2014	שביל ישראל	רון ברק
09.11.2014	רשמים מאפריקה	מנחם סיני
16.11.2014	מסדרים וכתות בימי בית שני	יהודה רוזמרין
23.11.2014	טרם נקבע	
30.11.2014	עולם המחר	יואב יוכפז

המשך בעמוד 31



מבצע מיוחד לגימלאי
התעשייה האווירית

עונת 2015-2014

מחול



עונת 2015-2014

טרי

המנוי כולל 3 מופעים קבועים ובנוסף 1 עד 8 מופעים לבחירה

להקת המחול הטובות והמובילות בעולם,
על במת האופרה הישראלית

הבלט הישראלי - מאדאם בטרפליי

בלט ציריך - רומיאו ויוליה

אכרם חאן - iTMOi

להקת מארי שווינאר - פולחן האביב

דברה קולקר - טטיאנה

סנקאי ג'וקו - TOBARI

הנערים הרעים של המחול-רוק דה בלט 2

מומיקס - אלכימיה

תיאטרון מחול הארלם

להקת בוריס אייפמן - ענוג הוא הלילה

להקת בוריס אייפמן - רודן

החלה מכירת מנוי הטרי לעונת האופרה 2015-2014

מנוי קטן - אופרות גדולות

בחרו 3 מתוך 7 אופרות

לה רונדינה

הביידר

שיקוי האהבה

נבוקו

כלת הצאר

עגנון עד לוין

הספר מסוויליה

עלונים מפורטים וספחי הרשמה ממתנים לכם במשרדי הארגון הארצי של גימלאי התעשייה האווירית

פרטים נוספים במחלקת המנויים-האופרה הישראלית: 03-6927777



בית האופרה - המשכן לאמנויות הבמה
שד' שאול המלך 19, ת"א www.israel-opera.co.il



חופשים סוף שנה בחיפה

חופשה "אירופאית" בחיפה הקסומה כמיטב המסורת

תאריכי האירוח:

29/12/2014 - 1/1/2015

3 לילות, 4 ימים (ב' - ה')

בתוכנית:

סיורים מודרכים בחיפה: מוזיאון החאן בחדרה, מדרחוב דרך היין בזיכרון יעקוב, מוזיאון הכט, מוזיאון טיקוטין לאומנות יפנית, תצפית מטיילת לואי, סטלה מאריס, המושבה הגרמנית בעקבות הטמפלרים, טיול בעכו אולמות האבירים, מוזיאון עוקשי ומנהרת הטמפלרים, מוזיאון אוצרות חומה, ביקור ביקב מורד, השוק הססגוני בעכו ורכבל ראש הנקרה...

האירוע המרכזי

"דרושה עוזרת" עם ציפי שביט

קומדיית מצבים מטורפת ומצחיקה עד דמעות. ציפי שביט היא אנה העוזרת, שמנהלת משק בית אצל נעמי ועמוס, זוג נשוי, שחי בשגרה שחוקה. כל אחד מבני הזוג מחפש מעט ריגושים, שיכניסו קצת צבע לחיים המנומנים... ואז... הכל מסתבך. כאן נכנסת לתמונה אנה העוזרת (ברוב הזמן שותה וודקה) ועושה סדר בבלאגן... הקומדיה היא שלאגר מטורף באירופה ותורגמה באופן מיוחד עבור ציפי שביט, גדולת הקומיקאיות בישראל ואהובת קהל.



ציפי שביט



תאודור חיפה	לאונרדו חיפה	דן פנורמה חיפה	קראון פלאזה חיפה	דן כרמל חיפה
מחיר לאדם בחדר זוגי	מחיר לאדם בחדר זוגי	מחיר לאדם בחדר זוגי	מחיר לאדם בחדר זוגי	מחיר לאדם בחדר זוגי
1185 ₪	1590 ₪	1590 ₪	1790 ₪	1890 ₪
ליחיד בחדר - הנחה של 15% ממחיר חדר זוגי ילד בחדר הורים - הנחה של 40% ממחיר אדם בחדר זוגי מבוגר שלישי בחדר - הנחה של 10% ממחיר אדם בחדר זוגי				

המחיר כולל:

- אירוח ע"ב חצי פנסיון (3 לילות, 4 ימים)
- ארוחת צהרים במלון פעם אחת במהלך השהייה
- קפה ועוגה פעם אחת במהלך בשהייה
- אוטובוס ומדריך צמודים לטיולים. איסוף: 09:00 מחניון "חנה וסע" רכבת ארלוזורוב | 09:30 מתעשייה אווירית

תנאי תשלום: עד 5 תשלומים שקליים שווים ללא ריבית בכרטיס אשראי בלבד

דמי ביטול: מרגע ההרשמה 200 ₪ לחדר | 30 יום טרם ההגעה - יחויב לילה אחד | מתחת ל- 30 יום - 50% דמי ביטול | אי הגעה - דמי ביטול מלאים

לוח הזמנים והתוכנית כפופים לשינויים ללא הודעה מקדימה | ט.ל.ח. | המחירים המופיעים לעיל הינם חבילה מובנית, ולא יינתנו זיכויים לאורחים/ות אשר לא ייצלו את ההסעות ו/או האטרקציות עפ"י המופיע במחיר ככלול

לביצוע הזמנות: 073-3909045 www.daka90.co.il

יוסי 050-5401770 | קרן 050-2175258 | איריס 052-2312498 | סנדי 050-5711541 | גילה 050-4556575

המשך מעמוד 28

מועדון ראשון לציון

הפעילות במועדון: בימי ד' בין השעות 17:30-20:00. ההרצאה מתחילה בשעה 18:30;
כתובת המועדון: רח' ויניק פינת הבן הראשון 14 - טירת ראשונים;
רכז המועדון: דורה אהרוני טל': 052-8274779 ; דוד בוך טל': 052-3579329.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
17.09.2014	התנהלות יומיומית באיכות הסביבה	דון חנן/עיריית ראשל"צ
24.09.2014	ערב ראש השנה - אין מפגש	
01.10.2014	תענועי המוח	אילן ברק
08.10.2014	ערב חג סוכות - אין מפגש	
15.10.2014	ערב שמחת תורה - אין מפגש	
22.10.2014	מלטה - אי של אבירים	ד"ר יוסי נגר
29.10.2014	עונת המכשפות	שלמה פיליבה
05.11.2014	מיכלאנג'לו	יהודה רוזמרין
12.11.2014	מיכאל הלפרין - הוזה וחוזר	חזי פוזנסקי
19.11.2014	ההיסטוריה של ספינות בט"ש בחיל הים הישראלי	גדי שכטר
26.11.2014	מעמד האישה באסלאם חלק ג'	אודליה זמירה

מועדון רחובות

פעילות המועדון: בימי ג' בין השעות 16:30-19:30. ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון רח' סירני 52 מתנ"ס חוויות שוויץ רחובות;
רכז המועדון: מוצפי אדי טל': 054-4548406.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
16.09.2014	שושנה דמארי - מלכת הזמר העברי	דורי חן
23.09.2014	משירי חגים - שירה בצוותא - בשילוב "טעימות" מעולם המוסיקה הקלאסית	אשר אליאב
30.09.2014	מלטה - אי של אבירים	ד"ר יוסי נגר
07.10.2014	מבוא למשכנתאות	יעקב סולומון
14.10.2014	חזה"מ סוכות - אין מפגש	
21.10.2014	מיכלאנג'לו	יהודה רוזמרין
28.10.2014	ממשק מוח מכונה (כוח המוח)	ד"ר בן-ציון רובינפלד
04.11.2014	תעופה	הרי טל
11.11.2014	עולם המחר	יואב יוכפז
18.11.2014	סחר בבני אדם	ד"ר אבי זלבה
25.11.2014	רשמים מאפריקה	מנחם סיני

מועדון רמת-גן

פעילות המועדון: בימי שני בין השעות 16:00-19:30. ההרצאה מתחילה בשעה 18:00;
כתובת המועדון: אולמי קראט, רח' ביאליק 37, (אולמי ז'בוטינסקי לשעבר) רמת גן;
רכז המועדון: ששון לוי טל': 052-8905846 ; ראובן פלדמן טל': 052-6126578.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
15.09.2014	ההיסטוריה של ספינות בט"ש בחיל הים הישראלי	גדי שכטר
22.09.2014	תענועי המוח	אילן ברק
29.09.2014	מי אנחנו? סיפורן העתיק של אוכלוסיות ישראל	ד"ר יוסי נגר
06.10.2014	מיכלאנג'לו	יהודה רוזמרין
13.10.2014	חוה"מ סוכות - אין מפגש	
20.10.2014	תעופה	הרי טל
27.10.2014	פמיניזם - מעמד האישה חלק א'	אודליה זמירה
03.11.2014	לגוף יש חלקי חילוף	ד"ר בן-ציון רובינפלד
10.11.2014	"הכינור שלי"	חיה לבני
17.11.2014	רשמים מאפריקה	מנחם סיני
24.11.2014	משירי כוכבי העבר	קאיה או מוטי שוורץ

מועדון רמלה

פעילות המועדון: בימי ג' בין השעות 10:30-13:00. ההרצאה מתחילה בשעה 11:00;
כתובת המועדון: אחוזת רעים - רח' הכרמל 1 פינת טייטלבוים, רמלה;
רכז המועדון: אריה מנדה טל': 052-8340264.

תאריך	נושא ההרצאה	שם המרצה
16.09.2014	ההיסטוריה של ספינות בט"ש בחיל הים הישראלי	גדי שכטר
23.09.2014	משירי כוכבי העבר	קאיה או מוטי שוורץ
30.09.2014	סערה בארץ הנילוס - חלק ב'	אודליה זמירה
07.10.2014	חנה רובינא, מלכת התיאטרון העברי	דורי חן
14.10.2014	חוה"מ סוכות - אין מפגש	
21.10.2014	מיכלאנג'לו	יהודה רוזמרין
28.10.2014	רשמים מאפריקה	מנחם סיני
04.11.2014	כולסטרול וכלי דם	ד"ר בן-ציון רובינפלד
11.11.2014	תעופה	הרי טל
18.11.2014	טרם נקבע	
25.11.2014	סחר בבני אדם	ד"ר אבי זלבה



גמלאי יקר,

במסגרת שיתוף הפעולה של הארגון הארצי של גמלאי התעשייה האווירית עם קבוצת ישראלכרט, אנו שמחים לבשר לך כי באפשרותך ליהנות מכרטיס אשראי מבית ישראלכרט המעניק לך ולבן/בת זוגך הטבות והנחות בלעדיות כגון:

- ◀ **פטור קבוע מדמי כרטיס**
- ◀ צירוף אוטומטי למועדון הצרכנות הו"ט
- ◀ חיוב שוטף +30 על שימושים בכרטיס בחו"ל
- ◀ כניסה חינם לטרקלין דן בנתב"ג (12 כניסות בשנה קלאנדריית)
- ◀ ביטוח נסיעות מורחב לחו"ל (פלטינה)
- ◀ מגוון הטבות והנחות בלעדיות במגוון תחומי צריכה ופנאי

כמו כן ניתן להצטרף בכל שלב בטלפון ייעודי שמספרו: **1-800-20-44-66**

בברכת הנאה והצלחה,
הארגון הארצי של גמלאי
התעשייה האווירית וקבוצת ישראלכרט

נופשים ומטיילים עם מבצעים והנחות לגימלאי התעשייה האווירית

הארגון הארצי
של גימלאי
התעשייה האווירית



קשרי תעופה
לחזור הביתה עם חיוך



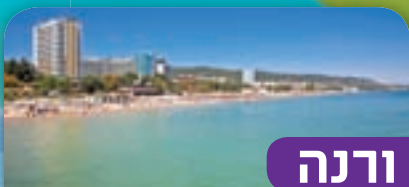
חבילות נופש



מלטה

3 לילות | העברות | ארוחת בוקר
מלון 4★ SANTANA

סוכות החל מ- €609



ורנה

4 לילות | העברות | חצי פנסיון
מלון 5★ DOUBLE TREE BY HILTON

סוכות החל מ- €465



בודפשט

4 לילות | העברות | ארוחת בוקר
מלון 4★ LEONARDO

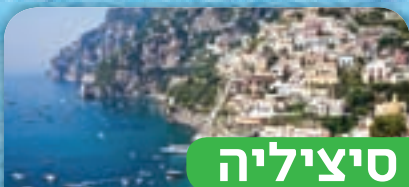
סוכות החל מ- €529



ברצלונה

4 לילות | העברות | ארוחת בוקר
מלון 4★ CITY PARK ST. JUST

סוכות החל מ- €599



סיציליה

4 לילות | ארוחת בוקר
מלון 4★ CAPO PELORO RESORT

סוכות החל מ- €625



רומא

4 לילות | ארוחת בוקר
מלון 4★ EXCEL ROMA MONTEMARIO

סוכות החל מ- €659

הערות: מחירים לאדם בחדר זוגי, אלא אם צוין אחרת. המחירים המופיעים הינם לאחר הנחה.
אין כפל מבצעים והנחות. עד גמר המלאי. ט.ל.ח.



המאורגנים הנבחרים של דרך החופש

טיולי משפחות | טיולים לשומרי מסורת | טיולים בשפה הרוסית | שייט מאורגן ועוד

שייט מאורגן

האיים הקנריים

21.1 | 9 לילות / 10 ימים | טיסה סדירה |
חצי פנסיון במלון | פנסיון מלא בשייט
החל מ- €1699

חגים

סיציליה

7.10 | 4 לילות / 5 ימים | חצי פנסיון | טיסה סדירה
החל מ- €699

חגים

רומניה

13.10 | 6 לילות / 7 ימים | טיסה סדירה
החל מ- €649

חגים

קדואטיה סלובניה

6.13.10 | 7 לילות / 8 ימים | חצי פנסיון
החל מ- €989

וויטנאם קמבודיה

21.1 | 13 לילות / 16 ימים | חצי פנסיון | טיסה סדירה
החל מ- €2449

תאילנד

30.10 | 11 לילות / 13 ימים | חצי פנסיון | טיסה סדירה
החל מ- €2099



אורי מחטני - יו"ר

ועדת טיולים ונופשונים

הוראות והנחיות לנופשונים ולטיולי יום

אין לצרף בשום מקרה ילדים או נכדים מתחת לגיל 15 לטיולי יום, פרט לטיולים לחרמון. לטיולים לחרמון ניתן לצרף ילדים מגיל 5 שנים ומעלה. גמלאי שמעוניין לשתף ילדים או נכדים מתחת לגיל 15 לנופשון, הגעתו לנופשון תהיה עצמאית. (לא תורשה עלייה לאוטובוס בשום מקרה, וכסף לא יוחזר).

גמלאי עם מגבלות גופניות חייב לצרף מלווה בתשלום, לנופשון ולטיול יום.

תחנות איסוף: חניון "חנה וסע" בתחנת רכבת מרכז וחניון תע"א מערב.

תשומת לבכם לתחנות היציאה ושעות היציאה שנקבעו.

במקרה של תקלה ביום היציאה יש להתקשר לטלפון: 03-9357115 שלוחה 2.

קיום הטיול מותנה ב-45 משתתפים. ועדת הטיולים שומרת לעצמה את הזכות לשנות מסלולים לפי הצורך. הטיולים כוללים ארוחת צהרים בלבד. ההרשמה במשרדי הארגון. התשלום לטיולים במזומן או בהמחאות, והוא נעשה בעת הרישום. את ההמחאות יש לרשום לפקודת ארגון גמלאי התע"א. המחיר שנקבע הוא לחבר/ת הארגון ולבת/בן הזוג. לנופשונים ניתן להירשם גם בטלפון 03-9357115 שלוחה מס' 2 ולשלם בכרטיס אשראי. המחיר לנופשון הינו המחיר לחבר הארגון. אורח יוסיף 30 ₪ במזומן.

ביטול היציאה לטיול יתקבל אך ורק בהגשת מסמכים רפואיים עד שבוע לפני תאריך היציאה לטיול. גמלאי/אורח שנרשם לטיול ולא הגיע יחויב בתשלום מלא של עלות הטיול.

ביטול היציאה לנופשון פחות מ-21 ימי עבודה לפני תאריך היציאה, כרוך בקנס כספי.

מקומות הישיבה באוטובוס נקבעים בהתאם למועד הרישום. על המבקשים לשבת בקדמת האוטובוס מסיבה רפואית להמציא אישור רפואי מתאים. נשתדל להיענות בחיוב, במידת האפשר.

נופשוניים

אילת

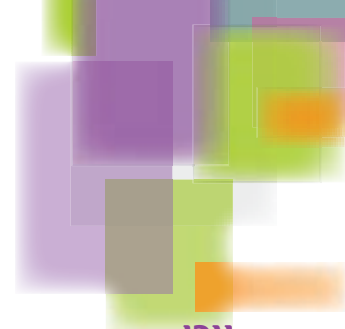
5 ימים ו-4 לילות באמצע השבוע על בסיס חצי פנסיון. ארוחת צהריים עם ההגעה, קפה ועוגה פעם אחת, הסעה הלון ושוב, יציאה מחניון תע"א בשעה 08:00

מלון	תאריך	מחיר לאדם בחדר זוגי	תחילת תשלום	תנאי תשלום/המחאות	הערות
המלך שלמה	28/09-02/10	₪ 1645	21.09.2014	274X6 לפק' ספרה	ארוחת צהריים עם ההגעה חצי פנסיון קפה ועוגה פעם אחת
לגונה - הכול כלול	26/10-30/10	₪ 1681	21.10.2014	281X6 לפק' ספרה	הכול כלול
המלך שלמה	16/11-20/11	₪ 1820	09.11.2014	303X6 לפק' השטיח המעופף	ארוחת צהריים עם ההגעה חצי פנסיון קפה ועוגה פעם אחת
דן פנורמה	30/11-04/12	₪ 1386	23.11.2014	231X6 לפק' ספרה	ארוחת צהריים עם ההגעה חצי פנסיון קפה ועוגה פעם אחת
המלך שלמה	14/12-18/12	₪ 1645	1.12.2014	274X6 לפק' ספרה	ארוחת צהריים עם ההגעה חצי פנסיון קפה ועוגה

נהריה

5 ימים ו-4 לילות באמצע השבוע על בסיס חצי פנסיון. ארוחת צהריים עם ההגעה, קפה ועוגה פעם אחת, הסעה הלון ושוב, יציאה מחניון תע"א בשעה 10:00

מלון	תאריך	מחיר לאדם בחדר זוגי	תחילת תשלום	תנאי תשלום/המחאות	הערות
קרלטון	14/09-18/09	₪ 1275	07.09.2014	212X6 לפק' השטיח המעופף	ארוחת צהריים עם ההגעה חצי פנסיון קפה ועוגה פעם אחת
קרלטון	02/11-06/11	₪ 1285	28.10.2014	214X6 לפק' אופיר טורס	ארוחת צהריים עם ההגעה חצי פנסיון קפה ועוגה פעם אחת



עכו

5 ימים ו- 4 לילות באמצע השבוע על בסיס חצי פנסיון. ארוחת צהריים עם ההגעה, קפה ועוגה פעם אחת, הסעה הלון ושוב, יציאה מחניון תע"א בשעה 10:00

מלון	תאריך	מחיר לאדם בחדר זוגי	תחילת תשלום	תנאי תשלום/ המחאות	הערות
חוף התמרים	30/11-04/12	1300 ₪	23.11.2014	217X6 הדקה ה-90	כניסה חופשית למועדון בריאות

ים המלח

5 ימים ו- 4 לילות באמצע השבוע על בסיס חצי פנסיון. ארוחת צהריים עם ההגעה, קפה ועוגה פעם אחת, הסעה הלון ושוב, יציאה מחניון תע"א בשעה 10:00

מלון	תאריך	מחיר לאדם בחדר זוגי	תחילת תשלום	תנאי תשלום/ המחאות	הערות
דיוויד ריזורט (מלון מרדיאן לשעבר)	19/10-23/10	1820 ₪	12.09.2014	303X6 אופיר טורס	קפה/תה ועוגיות חופשי שי ערכת טיפוח תוכנית בידור בכל ערב.
דיוויד ריזורט (מלון מרדיאן לשעבר)	23/11-27/11	1638 ₪	16.11.2014	273X6 לפק' ספרה	קפה/תה ועוגיות חופשי שי ערכת טיפוח תוכנית בידור בכל ערב.
לוט	07/12-11/12	1680 ₪	01.12.2014	280X6 זיו תיירות	חלוק כנגד פיקדון
לוט	28/12-01/01	1680 ₪	21.12.2014	280X6 זיו תיירות	חלוק כנגד פיקדון
דיוויד ריזורט (מלון מרדיאן לשעבר)	28/12-01/01	1548 ₪	18.12.2014	258X6 לפק' ספרה	קפה/תה ועוגיות חופשי שי ערכת טיפוח תוכנית בידור בכל ערב.

אורי מחטני
יו"ר וועדת טיולים

בני נימני
רכז נופשונים

טיולי יום

שעת יציאה לכל הטיולים:

07:00 חניון "חנה וסע" תחנת רכבת מרכז

08:00 חניון תע"א מערב

מספר הטיול	מקום הטיול	תאריך/יום	מחיר לחבר/אורח
339	יום בירושלים בעקבות המלך הורדוס מוזיאון ישראל דגם בית שני "הדקה ה-90"	16.09.2014 ג'	175 ₪ 185 ₪
ביקור במוזיאון ישראל, בתערוכת הורדוס וביקור בדגם בית שני. ארוחת צהריים במסעדת "המזלג". המשך לכותל המערבי, תצפית מגג מרכז אש "החורב" על הר הבית ודגם בית המקדש.			
340	יומיים בצפת "אופיר טורס"	30.09-01.10/2014 ג'+ד'	595 ₪ לאדם בחדר זוגי 605 ₪ לאורח בחדר זוגי 580 ₪ שלישי בחדר 835 ₪ יחיד בחדר ב-3 תשלומים
טיול ליומיים בצפת, שהייה ולינה במלון רות רימונים על בסיס חצי פנסיון. ביום הראשון - נסיעה צפונה, ביקור במרכז המבקרים שמן זית "סבא חביב", בבית בד משולב - הרצאה בנושא ייצור שמן זית, טחינה ועוד. בהמשך ייקב רימון, מצודת קאקון, ארוחת ערב במלון. ביום השני - לאחר ארוחת הבוקר במלון, ביקור במרכז מבקרים חדש בבית המאירי וסיור בסמטאות העיר, ביקור במחלבת המאירי, חזיון אור קולי וטעימות מגבינות המחלבה. ארוחת צהריים.			
341	יומיים בירושלים "אופיר טורס"	21-22.10/2014 ג'+ד'	545 ₪ לאדם בחדר זוגי 555 ₪ לאורח בחדר זוגי 765 ₪ יחיד בחדר 540 ₪ שלישי בחדר
טיול יומיים בירושלים כולל לינת לילה במלון גני ירושלים על בסיס חצי פנסיון. ביום הראשון - ביקור בכנסת ישראל ובית משפט העליון, סיור בגן הבוטני, סיור ברכבת הפרחים ובשביל התנ"ך. ביום השני - לאחר ארוחת הבוקר ביקור במוזיאון יד ושם, משכנות שאננים והרובע היהודי הר הצופים ועוד. ארוחת צהריים במסעדת מרציאנו טולדנו.			
342	אגמון החולה שפך הירדן ייסוד המעלה "הדקה ה-90"	29.10.2014 ד'	155 ₪ 165 ₪
נסיעה למושב אלמוג, משמר הירדן וגשר בנות יעקב, יסוד המעלה "בתים מספרים". ארוחת צהריים כשרה בקיבוץ גדות. ביקור באגמון החולה - אתר הצפרות - לצפות בציפורים הנוודות.			



343	באר שבע ביקור במוזיאון חצרים ומוזיאון לאמנות בנגב. "הדקה ה-90"	04.11.2014 ג'	180 ש"ח 190 ש"ח
נסיעה בדרך הפסלים, יער חצרים המשלב טבע עם אמנות. מוזיאון חיל האוויר בחצרים, סרט מורשת במטוס בואינג, רחבת מטוסים של כ-150 ממטוסי העבר וההווה. סיור בבירת הנגב באר שבע. ביקור במוזיאון הנגב לאמנות. ארוחת צהריים בקיבוץ גבולות "מצפה גבולות".			
340 344	טיול יומיים במצפה רמון "הדקה ה-90"	23-24.11/2014 א'ב'	605 ש"ח לאדם בחדר זוגי 615 ש"ח לאורח בחדר זוגי 1080 ש"ח בודד בחדר 580 ש"ח ל-3 בחדר ב-3 תשלומים
טיול יומיים למצפה רמון ולינת לילה במלון פונדק רמון על בסיס חצי פנסיון. ביום הראשון - נסיעה דרומה לעיירה הבדואית תל שבע, ביקור בשדה בוקר, מדרשת שדה בוקר, אחוזת הקבר של דוד בן גוריון. תצפית לבקעת צין, סיור חקלאי. הגעה למלון וארוחת ערב. ביום השני - ארוחת בוקר במלון, ביקור במרכז המבקרים לזכרם של אילן ואסף רמון, "חי רמון" וגן בוטני אקולוגי. ירידה למכתש רמון, ביקור במנסרה, בהמשך מעין "עין סהרונים" וב"חאן סהרונים". ארוחת צהריים באחד הקיבוצים בסביבה וחזרה.			
345	סובב כנרת עד עין גב "זיו תיירות"	09.12.2014 ג'	170 ש"ח 180 ש"ח
נסיעה לכיוון הכינרת. תצפית מ"מצפה הוד" ליד צומת אלומות, נשקיף על דרום הכנרת ומזרחה, נקיף הכנרת מדרום. הגעה לטיילת של נמל עין גב. סיור ברכבת התיירות הקטנה וביקור באתרים בסביבה. תצפית ממורדות הסוסיטא. ארוחת צהריים בקיבוץ עין גב בשירות עצמי. שיט מול החוף המזרחי של הכנרת וחזרה.			
343 346	החווייה בכפר הכורדי ירדנה ועמק בית שאן "זיו תיירות"	30/12/2014 ג'	175 ש"ח 185 ש"ח
נסיעה לעין חרוד, עלייה לגשר קנטרה שנמצא על נחל חרוד, ביקור בכפר הכורדי בירדנה (אפייה של לחם כורדי). ביקור בחדרי המורשת של העדה הכורדית, בליווי מצגת והסברים, סיור חקלאי במקום ותצפית לירדן. ארוחת צהריים כורדית אותנטית (כשר) מגוון עשיר ומיוחד. בהמשך תצפית על תל יזרעאל והעמק.			

אורי מחטני
יו"ר ועדת טיולים

מנשה לוי
רכז טיולי יום

גמלאון



המכללה לשוחרי דעת בתל-אביב-יפו
חוויה אינטלקטואלית ומאתגרת

בואו לחיין, ללמוד, לחוות וליהנות



במוזיאון ארץ-ישראל

חשיבה אופטימית | ד"ר דינה אייזן

איך נגיע לשלווה, שמחה והנאה בחיים

מסע בעולמה של הטרגדיה היוונית | פרופ' נורית יערי

מקומה של הטרגדיה היוונית בתולדות התרבות המערבית



אמנות - עולם האתמול | מר דוד איבגי

האמנות המודרנית ממלחמת העולם השנייה ועד ימינו ידעה טלטלות ומשברים. מה האמנות שנוצרה ומה מקומה בחברה ובחיים?

מהרוח לחומר, מהאמונה ליצירה | גב' גליה דור

הפילוסופיה והאמונה של העולם החזותי והמרשים של מזרח אסיה.



בסינמטק ת"א

היטלר, בעלות הברית והיהודים | פרופ' שלמה אהרונסון

ניסיונות ההצלה של הנהגת הישוב היהודי במלחמת העולם ה-2

הרוע באמנויות | פרופ' משה צוקרמן

הייצוגים של רוע בספרות, בקולנוע, באמנות הפלסטית ובמוזיקה.



מבשרי הציונות | ד"ר ענת גואטה

הקמת בית לעם היהודי - חלום ומציאות

חומות של נייר | ד"ר יצחק נוי

כיצד מנעה ארה"ב הצלת פליטים יהודים?

ההרשמה בעיצומה - הבטיחו את מקומותיכם!

מנכ"ל ועורכת תוכניות: בתיה דרורי-וולון

טל': 03-5248731, 03-5232907, 03-5292569 • פקס: 03-5248949
Email: mihlalag@zahav.net.il • www.michlalag.co.il
סינמטק תל-אביב, ת.ד. 20424, תל-אביב, מיקוד 6120301

ועדת תעסוקה



קשרים חיוניים עם ארגונים אחרים. כל זאת לטובת הארגון שלנו ולחיצוקו.

אנו בארגון, ננסה לקיים סדנא ראשונה כפיילוט וכניסוי, לקבוצת גמלאים אקראית, שתורכב מחברי מועצה, מנהלי מועדונים, פרלמנטים וכד', ונראה לאן הדברים מוליכים.

נעדכנכם בהמשך בתקווה שהתוצאות יובילו לפעילות המשך במועדונים, בפרלמנטים מקומיים ועוד. בהמשך הגיליון מופיעה כתבה על פעילותה של "מכללת הערבות".

הלל שחם
יו"ר ועדת תעסוקה

שלום חברים, גמלאים ופורשים,



הלל שחם - יו"ר

נפגשנו לאחרונה עם מנהלי "מכללת הערבות", גוף המתמחה בחיבורים חברתיים, המייצרים בסופו של תהליך אקלים חברתי חיובי בארגון, אקלים המסייע באופן מכריע בקשירת קשרים חברתיים

בין אנשים, ולאורך זמן.

בין השאר עוזר להוציא אנשים מבדידות, משעמום, מביא אנשים ליצירה אקטיבית וליצירת דימוי וערך עצמי חיוביים, הן בעיני עצמם והן ביחס לסביבתם הקרובה ולחברה בכלל. כמו כן עשוי לשמש ככלי חשוב בקשר תוך-ארגוני וחץ-ארגוני, כלומר, ביצירת

מודעה פרסומית

מבצע מיוחד לותיקי התעשיה האווירית ONE STOP SHOP



20% הנחה



לטיפול שוטף (חלפים ועבודה)
ברכבי מאזדה ופורד

50% הנחה



לאחר תאונה, בעבור טיפול
(חלפים ועבודה) לרכבי מאזדה
ופורד לשנה מיום תיקון התאונה.
40% הנחה בהשתתפות עצמית
(במידה ולא בהסדר מוסכים)

- בדיקת בטיחות ממחושבת חינם!
- שינוע בגוש דן חינם! מונית בתל-אביב חינם!
- שירות העברת סטט 40% הנחה (לא כולל אגרה)
- רכב חליפי לאחר תאונה החל מהיום הראשון (במידה ואין רכב חליפי מהביטוח).



מרכז שירות קלעי מורשה מאזדה פורד
רחוב טברסקי 7 ת"א (פנייה מיצחק שדה) 03-5620345 טל:
WWW.KALAY64.CO.IL

קלעי
מרכז שירות מורשה

מכל האב בנות שלו



בית אבות נחל שלו מסכם שנה שמאופיינת בתנופת עשייה, פיתוח ובינוי, שדרוג ושיפור איכות הטיפול, כל זאת עבור רווחתם של דיירי בית האבות ובני משפחותיהם. כמקובל אצלנו שלו שוקדים הצוותים כל העת על שמירת אורה ביתית, משפחתית ושיתופם של דיירי הבית ומשפחותיהם בנעשה בבית האבות. הצוות הרב מקצועי המועסק בבית אבות נחל שלו, נותן מענה למגוון הצרכים של הדיירים ושם דגש מיוחד על יחס אישי לכל דייר ומציאת פתרון ייחודי לכל בקשה של דייר ובכל שעה משעות היממה. עבורנו, נתינת שרות תוך כבוד לדייר, מענה אישי, אמין, ומיידי זו אבן דרך. בית אבות נחל שלו שוכן בלב סביבה כפרית ושקטה, מוקף גינה ירוקה ומטופחת ואנו מקיימים אירועים מיוחדים עבור הדיירים כארוחת בוקר בגינה, מדורת ל"ג בעומר, מנגל ביום העצמאות. בסמוך לבית אבות נחל שלו במרחק הליכה של כ-10 דקות קיים מרכז קניות המאפשר לחוות גם את תחושת העיר. בית אבות נחל שלו ערוך לקבלת אוכלוסייה ברמות תפקוד פיזיות וקוגניטיביות שונות. בבית האבות מחלקות התואמות את רמת תפקודו של כל דייר ודייר, מחלקה לעצמאים, תשושים ומחלקה סיעודית. חדרי הדיירים חודשו, בכל חדר יש מזגן, טלוויזיית LCD, מטבחון עם מקרר, חדרים עם מרפסות שמש ובהן אדניות פורחות התורמות לתחושה ביתית ואינטימית.



בנוה שלו נערכים אירועים על בסיס קבוע כגון: ימי הולדת לדיירים, חוגי ריקוד, ערבי שירה בציבור, אירוח אומנים, זמרים ורקדנים, בזארים למכירת ביגוד והנעלה, תרפיה עם בעלי חיים וארוח של גני ילדים, בני נוער וחילים. בנוסף עומדים בקשר קבוע ורציף עם קהילה תומכת. במסגרת הפרוייקטים הייחודיים אנו חוגגים אירועים מיוחדים, לדוגמא: חייל שריון שבחר לחגוג את יום הולדתו ה-21 - עם חבריו יחד עם הדיירים שלנו בנוה שלו, אירוע שהותיר את הדיירים נרגשים לאורך זמן רב. בבית האבות קיימת ספרייה ובה מגוון רחב של ספרים בתחומים שונים ובשפות שונות. על ארוחות הדיירים, ממנוה שף הבית, השוקד לגוון ולעורר את תאבונם של הדיירים בארוחות מושקעות ומזינות, בליווי וביעוץ של דיאטנית בית האבות. אנו בנוה שלו, מעודדים את הדיירים להשתתף ולקחת חלק בפעילויות השונות, וממליצים לבני המשפחות להיות שותפים.

"מכל הלב בנוה שלו" זו איננה עוד סיסמה! היא מיושמת הלכה למעשה כל העת בטיפול בדיירי בית האבות ומשפחותיהם.

רחוב אלקלעי 5, פתח תקוה

טלפון: 03-9323339 | פקס: 03-9088251

www.neve-shalev.co.il

מצאנו נופש לאחלאי געשייה אווירית

נופש מיוחד בים המלח

**נופש מדהים במלון
 דייויד רזרט בים המלח
 *5 דלקס (מרידיאן לשעבר)**

מלון דייויד ים המלח ריזורט וספא הוא המלון הגדול והמפואר ביותר בים המלח. במלון 606 חדרים מעוצבים ומרווחים. בכל חדר מרפסת המשקיפה לנוף ים המלח. בספא של המלון ניתן לקבל עיסויים וטיפולי פנים וגוף. במלון טרקלין עסקים אקסקלוסיבי ומפנק, בו מוגשים משקאות קלים, חריפים, ארוחת בוקר וכיבוד קל לאורך כל היום



מחיר לאדם בחדר זוגי

תאריכי האירוח:

מחזור א': 14-18/12/14 (א'-ה') חנוכה 1450 ש"ח

מחזור ב': 4-8/1/15 (א'-ה') 1390 ש"ח

ליחיד בחדר - הנחה של 15% ממחיר חדר זוגי | ילד בחדר הורים - הנחה של 40% ממחיר אדם בחדר זוגי | מבוגר שלישי בחדר - הנחה של 10% ממחיר אדם בחדר זוגי

המחיר כולל: אירוח ע"ב חצי פנסיון (4 לילות, 5 ימים) | ארוחת צהרים נוספת במהלך השהייה | חלוקים כנגד פיקדון, ערכת טיפוח אישית - שי לגבר ולאשה | אזור נפרד למשחקי קופסה בו יוגש קפה, תה ועוגיות | כניסה חנינה לספא | אוטובוס ומדריך צמודים לטיולים. איסוף: 09:00 מחניון "חנה" וסע' רכבת ארלוזורוב | 09:30 מתעשייה אווירית

סוגרים את השנה בטבריה

מלון לאונרדו קלאב טבריה הכל כלול



כולל הסעות וכניסה חד פעמית לחמי טבריה

מחיר לאדם בחדר זוגי

תאריכי האירוח:

1380 ש"ח 28/12/14-1/1/15 (א'-ה')

ליחיד בחדר - הנחה של 15% ממחיר חדר זוגי | ילד בחדר הורים - הנחה של 40% ממחיר אדם בחדר זוגי | מבוגר שלישי בחדר - הנחה של 10% ממחיר אדם בחדר זוגי

המחיר כולל: אירוח ע"ב הכל כלול (4 לילות, 5 ימים) | 3 ארוחות ביום, שתייה חופשית במהלך כל היום, קפה ועוגה בכל יום בלובי בין השעות 16:00-17:00 | כניסה חד פעמית לחמי טבריה | תכניות בידור במלון | מסיבת ריקודים כולל שמפניה בחצות | אוטובוס ומדריך צמודים לטיולים. איסוף: 09:00 מחניון "חנה" וסע' רכבת ארלוזורוב | 09:30 מתעשייה אווירית

פרטים
 בהמשך

היכוננו... היכוננו... היכוננו...

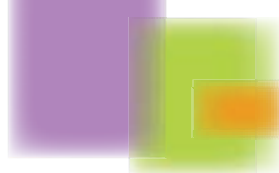
טיול מאורגן לרומניה

חודשים יוני-יולי || 6 לילות 7 ימים
 במיוחד לגיל הזהב

תנאי תשלום: עד 5 תשלומים שקליים שווים ללא ריבית בכרטיס אשראי בלבד
דמי ביטול: מרגע ההרשמה 200 ₪ לחדר | 30 יום טרם ההגעה - יחויב לילה אחד | מתחת ל- 30 יום - 50% דמי ביטול | אי הגעה - דמי ביטול מלאים

לביצוע הזמנות: 073-3909045 www.daka90.co.il

יוסי 050-5401770 | קרן 050-2175258 | איריס 052-2312498 | סנדי 050-5711541 | גילה 050-4556575



לקראת השנה החדשה אנחנו מאחלים לכם שנה של ביחד!

גמלאיות וגמלאים יקרים,

להרגשה חיובית או שלילית הוא הקשרים החברתיים שלנו. כלומר, איכות הקשרים החברתיים שלנו משפיעה בצורה משמעותית על מספר הרגשות השלילים או החיוביים שלנו, ובהתאמה על איכות חיינו.

ההשלכות של יחס החיוביות מרחיקות לכת. מסתבר שיחס חיוביות גבוה משפר את איכות החיים שלנו בכל תחומי החיים. אנשים מאושרים יותר הם אנשים בריאים יותר, בעלי חוסן נפשי חזק יותר ויכולות קוגניטיביות גבוהות יותר.

המדע היום מוכיח יותר מאי פעם, שהקשרים החברתיים בינינו משפיעים על כל רובד ורובד בחיינו. החל ממשקל גופנו, באיזה צבע "נבחר" ללבוש את החולצה שלנו, לאן נרצה לטוס. וכעת מסתבר שגם החברים שלנו יקבעו במידה לא מועטה אם נהיה מאושרים, בריאים או חולים.

אם אלה פני הדברים, הרי שחשוב לנו במיוחד ללמוד איך אנחנו יכולים לבנות ולחזק את הקשרים החברתיים שלנו, שישפיעו על כל רמות חיינו השפעה חיובית ובריאה. גם אם סביבנו נמצאים אנשים ובני משפחה תומכים ואוהבים, תמיד יכולים אנחנו להרחיב את המעגלים ולהעמיק את הקשרים.

חיזוק הקשרים החברתיים, זו המומחיות שלנו. הייחודיות של הסדנאות של מכללת "הערכות" היא המיקוד בקשרים החברתיים על-פי שיטה ייחודית: **"חכמת החיבור"**. לתפיסתנו זהו היסוד להצלחה ולאושר.

"חכמת החיבור" רואה בכל פרט ובכל אדם יחידה שלמה ועצמאית, שמהווה חלק ממערכת גדולה יותר אשר מתקיימים בה יחסי גומלין וקשרים הדדיים. **דגש מיוחד ניתן לטיב הקשר בין הפרטים במערכת הגדולה הזו.**

אנחנו שמחים מאוד על ההזדמנות להצטרף לכותבים בגמלאון, דו ירחון מרתק שמאחוריו מתקיימות מערכות שלמות של תוכן, פנאי, תרבות, רווחה, ובמילים אחרות: ירחון שכולו מחשבה עליכם, מתוך דאגה רבה ומסירות נפש של חברי הוועד של ארגון הגמלאים - התעשייה האווירית.

שנה חדשה נפתחת ואיתה אנחנו שולחים צרור ברכות ואיחולים לכל מי שאנחנו אוהבים. אנחנו בדרך כלל מאחלים בריאות, שמחה ונחת. במאמרנו זה אנו מבקשים לבחון מנקודת מבט חדשה ומפתיעה, מהי אותה שמחה שאנחנו מאחלים זה לזה, מה משפיע על הבריאות שלנו ואיך מגיעים לחיי נחת.

באחד המחקרים הבולטים בתחום הפסיכולוגיה החיובית נבדקה השפעת הרגשות החיוביים על איכות החיים. לכל אחד מאיתנו מובן אינטואיטיבית שכשאנחנו שמחים, טוב לנו יותר. השאלה היא, עד כמה עלינו להיות שמחים, כדי שההרגשה הטובה לא תחלוף אחרי רגע או שניים, אלא תלווה אותנו לאורך כל הדרך.

את השאלה הזו בדיוק ביקשה לבדוק פרופ' **ברברה פרדריקסון**. פרופ' פרדריקסון מצאה שקיים יחס משמעותי בין מספר הרגשות החיוביים ומספר הרגשות השליליים שאנו חווים, יחס שמתחתיו החיים שלנו נמצאים במגמת קמילה ומעליו החיים במגמת עלייה. היחס הוא שלושה רגשות חיוביים על כל רגש שלילי אחד. במילים אחרות, אם על כל רגש שלילי שאנחנו חווים במהלך היום אנחנו חווים שלושה רגשות חיוביים ומעלה, החיים שלנו במגמת עלייה. היחס הזה נקרא **"יחס החיוביות"**.

בהקשר זה, חשוב לציין שהגורם המשמעותי ביותר



אנחנו יודעים שהלב מבין ולכן אחרי כל מילות
ההיכרות, נותר לנו להיפגש, להתחבר ולהרגיש.

מאחלים לכם שנה של קשר, חיבור ושמחה

השתתפות בסדנאות מקנה כלים מעשיים לשיפור
מערכות היחסים שלנו בבית, בזוגיות, במשפחה,
במקום העבודה ובקהילה, ואף שופכת אור חדש
בתחום הבריאות ואיכות החיים של האדם.

בערבות, צוות המכללה

אנחנו מקווים ומצפים לפגוש אתכם במהלך השנה
הקרובה עם מגוון עשיר של סדנאות וקורסים
המבוססים על "חכמת החיבור" - שיטה ייחודית אשר
רואה בקשרים בין בני האדם מפתח להצלחה בכל
תחומי החיים.

* מכללת "הערבות" היא השלוחה המקצועית של "תנועת הערבות".

פינת הלשון שרונה או שרונה

לאחרונה, לאחר תקופת שיפוץ ממושכת, נפתח מתחם שרונה שהוא שער הכניסה המזרחי, המרהיב והמיוחד
של תל-אביב. אחד מהפרויקטים הגדולים ביותר בעולם בתחום השימור.
לא אעסוק בהיסטוריה של המקום אלא בשמו. (מומלץ מאוד לבקר, ליהנות מיופייה של השכונה וללמוד את
תולדות המבנים המרהיבים על שימושיהם המתחלפים במרוצת השנים).
יש המכנים את השכונה שרונה (שי"ן ימנית) ויש - שרונה (Sarona).
כאשר הקימו הטמפלרים את המושבה ביקשו לכנותה ע"ש המקום הגיאוגרפי שבו היא נמצאת וכך
התבססו על הפסוק המקראי: "חבצלת השרון שושנת העמקים" (ש"ה"ש). כלומר: שרונה.
אולם, כדוברי גרמנית קראו את התנ"ך בתרגומו לגרמנית ושם נכתב Saron. כלומר: שרונה.
ואם לא די בבלבול בין השתיים, אזכיר את שמו של המקום, המוכר לכל מי ששרת בצה"ל: "הקריה". בן גוריון,
כשהשררה הייתה בידו, החליט (ונימוקיו עמו) לכנות את השכונה המזרחית של תל-אביב עפ"י פסוק מקראי
אחר "עיר הצדק קריה נאמנה" (ישעיהו).
אגב, כדי למנוע בלבול נוסף. יש מושב במזרח הגליל התחתון בשם שרונה ע"ש ח'רבת סרונה הסמוכה.

**הביאה לדפוס
דלית בן-נון**

אדריכלות יוצרת סגנון חיים מושלם



תמונה לרמזתה בלבד



עיצוב מתקדם משתלב בהרמוניה מושלמת יחד עם חשיבה אדריכלית יוצאת דופן. מיקום מצוין, מפרט פרימיום ותמהיל דירות מגוון הם רק חלק מיצירת המופת של **פסגות אפק ראש העין, שכונת העתיד של ישראל**. עכשיו הזמן להיות חלק מיצירת מגורים עכשווית ומסגנון החיים של המחר.

לבחירתכם: דירות 3.5, 4-5 חדרים, דירות גן ופנטהאוזים



פרץ בוני הנגב בונים כבר למעלה מ-40 שנה
באר יעקב FINE | יבנה SPECIAL EDITION
אשדוד DUNE | רחובות גבעת האהבה
אשדוד PRIVATE DUNE | מודיעין GREEN VIEW
רחובות לב הדרים | נתניה אגם | ירושלים משכנות
משואה | כרמיאל קסם הגליל | ראש העין MELODY
ירושלים לב החורש | מודיעין לב הפארק - בקרוב
פתח תקווה לב המושבה - בקרוב | רחובות - בקרוב

פרץ בוני הנגב

המשפחה שזונה למשפחה

054-5202383 | 3100*
www.peretzsbh.co.il

ועדת דיור מוגן וניצולי שואה



יהודית ירושלמי-
טריס - יו"ר

דיור מוגן: אנו עושים כמיטב יכולתנו להביא הסכמים חדשים ולשפר את ההסכמים הקיימים. כמו כן אנו מבקרים בכל בתי הדיור המוגן כדי להתרשם ולהביא לציבור גמלאינו את כל המידע האפשרי על בתי דיור מוגן. בגיליון זה רשימת בתי הדיור המוגן שעמם יש לנו הסכם.

ניצולי השואה: אנו משתדלים להביא את העדכונים האחרונים ביותר בנושאים השונים: התכנית הלאומית לסיוע לניצולי שואה, חישוב מחדש של הרנטה הסוציאלית על עבודה בגטו ללא כפייה והנחה בתרופות. אני מזמינה את ציבור ניצולי השואה לבוא ולהתעדכן בכל החידושים כדי למצות את זכויותיהם. אפשרי גם טלפונית.

קבלת הקהל: א' ו-ד' בשעות 10.00 עד 12.00. טל: 03-9356970 או במזכירות 03-9357115. רצוי לתאם מראש. להלן עדכונים בנושאי זכויות לניצולי שואה:

שינויים במסגרת הרנטה הסוציאלית על עבודה בגטו (ZRBG):

1) הרחבת תנאי הזכאות גם לגטאות שהיו תחת השפעה גרמנית בלבד

בעבר חוק הגטאות הגרמני (ZRBG) העניק רנטה סוציאלית על עבודה בגטו רק לניצולים שעבדו בגטאות שהיו בשטח שנכבש או שסופח על-ידי הרייך הגרמני.

על פי תיקון חדש - גם ניצולים שעבדו בגטאות שהיו בשטח תחת ההשפעה של הרייך הגרמני כמו למשל סלובקיה, רומניה (למשל צ'רנוביץ) וסין (למשל שנחאי) עשויים להיות זכאים לרנטה סוציאלית על עבודה בגטו, מעבר לזכאותם לפיצויי החד-פעמי בסך 2,000 יורו.

לפיכך מומלץ לניצולי שואה שקיבלו את הפיצויי החד-פעמי בסך 2,000 יורו על עבודה בגטו, וטרם הגישו בקשה לקבלת רנטה סוציאלית על עבודה בגטו, להגיש תביעה לקבלת רנטה זו.

ניצולים שעבדו בגטאות אלו ואשר הגישו בעבר בקשה לרנטה סוציאלית על עבודה בגטו ונדחו בטענה שהגטאות לא היו בשטח שנכבש או סופח על-ידי הגרמנים, אינם צריכים להגיש בקשה חדשה ויקבלו מכתב מגרמניה המיידע אותם על השינויים החדשים.

2) תשלום רטרואקטיבי לרנטה הסוציאלית משנת 1997

בתחילת חודש יוני 2014 קיבל הבונדסטאג הגרמני את הצעת החוק של ממשלת גרמניה לתיקון החוק המקורי לתשלום קצבאות לעובדי גטו לשעבר (ZRBG).

על-פי התיקון לחוק כל הזכאים יוכלו לקבל את הקצבה המבוססת על תקופות העסקתם בגטו, רטרואקטיבית, החל מה-1 ביולי 1997. מוסדות הביטוח הפנסיוני בגרמניה האחראים יערכו חישוב מחדש של סכום הגמלה החודשית ללא צורך בפנייה שלכם אליהם, ויעדכנו את כל הזכאים על זכותם לבחור בין המשך תשלום הגמלה החודשית העדכנית, או תשלום רטרואקטיבי חד-פעמי בשילוב גמלה חודשית מופחתת בעתיד.

עדכון על הנחה בתשלום הוצאות מים למקבלי תגמול לפי הכנסה ותגמול מוגדל לפי הכנסה ("נזקק/נצרך"):

בהמשך להחלטת ועדת הכספים של הכנסת חתם שר האוצר על תקנות בדבר מתן הנחה בתשלום הוצאות מים. התקנות החדשות מעניקות תעריף מוזל על צריכת עד 3.5 מ"ק נוספים של מים לחודש. התעריף המוזל יינתן עבור כל אחד מבני הבית הזכאים להנחה. מימוש הזכאות מותנה בהעברת המידע מהרשות לזכויות ניצולי השואה לרשות המים וממנה לספק המים המקומי. הזכאות היא ממועד הזכאות לתגמול/מוגדל לפי הכנסה, אך לא לפני ינואר 2014. פרטי הניצולים יועברו מהרשות לזכויות ניצולי השואה בספטמבר 2014. חשוב לעדכן את משרד האוצר אם חל שינוי בכתובת המגורים.

הגדלת תקרת ההכנסה במסגרת המענק ליוצאי רומניה

על פי פרסום הקרן לרווחה, החל מהיום 7.7.14 רף ההכנסה באפיק הרומני התעדכן ועומד על **8,812 ₪ ברוטו לחודש**.

כל בקשה שסורבה עד כה במסגרת האפיק הרומני בגלל שההכנסה חרגה מ-5,000 ₪ תועבר לדין מחדש. יוצא רומניה שלא הגיש בקשה והכנסתו הינה מתחת לתקרה החדשה יכול כעת להגיש בקשה לקבלת מענק ליוצאי רומניה.

הקרן לרווחה פרסמה כי תאפשר הגשת בקשות לאפיק זה עד לתאריך 30/09/2014, אולם כדאי להשתדל להגיש בקשות בהקדם.

אמנון סלע
רכז דיור מוגן

יהודית ירושלמי-טריס
יו"ר ועדת דיור מוגן וניצולי שואה

מודעה פרסומית



אלי ארליך שירותי ביטוח בע"מ

פוליסת חו"ל החדשה - מתקדמת, מורחבת ומוזלת.
מהדורת 2014 - גיל כניסה לביטוח עד 120!
לבריאים ולבעלי מצב בריאות קיים.
לתרמילאים, לספורט אתגרי, סנפלינג, רפטינג, סקי, גלישת מזחלות ואופנועי שלג.

סעו בשלום,
וחזרו בשלום!

- אפשרות להארכת תקופת הביטוח המקורית מחו"ל.
- לכל מבטחינו כיסוי ביטול נסיעה עד 90 יום מראש.
- הקטנו השתתפות עצמית ל-30\$ בלבד!
- הוזלנו את הפרמיה לרסה נמוכה ביותר כולל 'עד גיל 120'!
- נייך של אלי ארליך המנכ"ל לכל מקרה חירום!

אנחנו
הפוליסה שלך!

וכמובן כתמיד - ביטוחי רכב, דירות, בריאות, סיעוד, תאונות אישיות ועסקים.

03-6090880 | 03-6090890 | erlich@erlich-insur.co.il | www.erlich-insur.co.il | www.facebook.com/erlich.ins

בתי דיור מוגן - שיש לנו הסכמים עמם

שם הבית	איש קשר וטלפון	הנחה
לב אבות, רחובות. מרשת נווה עמית (ק"ח מאוחדת)	זהבה בן דוד 08-9344888	5% הנחה מדמי הכניסה
בית בלב מקבוצת מכבי, רמה"ש, ת"א, קריית מוצקין, ירושלים (גם סיעודי)	ורדה קצאור 050-5483131	5% הנחה מדמי הכניסה
בית בכפר, כפר סבא, ביתן אהרון	מירב מרום 09-7649921 054-2278835	לדירות 2 חדרים 4% הנחה מדמי הכניסה.
בית בכפר, הדרים, בניין הבוטיק	מירב מרום 09-7649921 054-2278835	60,000 ₪ הנחה מדמי הכניסה.
בית בכפר, חוף כנרת	מירב מרום 09-7649921 054-2278835	חצי שנה תקופת התנסות ללא התחייבות בתשלום חודשי בסך 5,000 ₪ (ללא כל הוצאות שוטפות חשמל מים ארנונה וכו')
עד 120, ראשון לציון	אתי קוצל 03-9687222	5% הנחה מדמי הכניסה
אחוזת נווה חוף, ראשון לציון	אבי חממי 03-9625665	3% הנחה מדמי הכניסה
גן בעיר, רמת גן	אריה בדריאן 03-6759555	7.5% הנחה מדמי הכניסה
אחוזת ראשונים, ראשון לציון	ורדה בן ניסן 03-9626211	5% מתשלום חודשי 10% הנחה מדמי הכניסה
אחוזת רעים, רמלה. אין פיקדון - שכירות בלבד	גלית הירש עובדיה 08-9105069 050-7774409	חבילת מוצרי חשמל חודש שכירות
פרוטאה בכפר, שורש	אריאלה ליטמנוביץ 1-700-701-106 02-5336064	5% מדמי הכניסה
בית שבעת הכוכבים, רח' הנשיא 138 הרצליה פיתוח	אורנה בן נון 09-9610000 052-2744884	הנחה אישית לגמלאינו
מעונות הורים, רמת גן/רמת חן	ריקי לנדסברג 073-2054804 050-5379401	10% הנחה מדמי הכניסה
טירת ראשונים, ראשון לציון	משה טולדו 03-9482222	5% הנחה מדמי הכניסה
נווה שלו, בית אבות פתח תקווה	רחל בראל מנכ"ל 03-9323339 050-4241122	הנחות מיוחדות לגמלאינו

ייעוץ משפטי בנושאי דיור מוגן: עו"ד רקפת מרדכי שפיים
טל': 052-2654543, 09-7655516 רח' לונברג 2 כפר סבא 44653

מכשירי שמיעה

התור הזה נראה לכם מוכר...?



רק בשטיינר תקבלו את חבילת שיקום השמיעה הטובה בישראל:

- ✓ מכשירי שמיעה דיגיטליים הטובים בעולם - תוצרת פונאק (שווייץ) ווידקס (דנמרק)
- ✓ קלינאי תקשורת מצטיינים העוברים את ההכשרה המקצועית ביותר בתחום
- ✓ שרות אישי ומצויין שהוא שם דבר ומודל לחיקוי כבר 65 שנה
- ✓ אישור בלעדי לייצור מכשירי שמיעה מטעם מכון התקנים הישראלי (ISO 13485)

כל ההחזרים - בלי הטרטורים!
הסדרים והנחות לחברי כל הקופות



סניפים חדשים
בלוד ובראש העין (פארק אפק)



שטיינר 
מכשירי השמיעה הנמכרים ביותר בישראל

85 מכוני שמיעה מדרג אילת
1-700-500-315

אום אל פחם | אופקים | אילת | אשדוד | אשקלון | באר שבע | בית שמש | בני ברק | בת ים | באקה אל ג'רביה | גדרה | הוד השרון | הרצליה | הרצליה פיתוח | זכרון יעקב | חולון | חיפה - הדר | חיפה - אחוזה | טבריה | טייבה | טירה | טירת הכרמל | יבנה | יקנעם | ירושלים | כוכב יאיר | כפר יאסף | כפר סבא | כפר קרע | כרמיאל | לוד | מגדל העמק | מגדל שמש | מודיעין | מודיעין עילית | מכבים | מעלות | נהריה | נצרת | נצרת עילית | נתיבות | נתניה | סכנין | עכו | עפולה | ערבה | פתח תקווה | צפת | קרית אונו | קרית ביאליק | קרית מוצקין | קרית גת | קרית מלאכי | קרית ספר | קרית שמונה | ראמה | ראש העין | ראשון לציון | רחובות | רמלה | רמת גן | רמת החייל | רעננה | שדרות | שפרעם | תל אביב | תל השומר

סניף ראשי - רח' עבאס 10, ת.ד. 9400 חיפה טל. 04-8521514, פקס. 04-8538938 • www.steiner.co.il • info@steiner.co.il

ועדת ספורט וחוגים



ג'ורג' בורגל - יו"ר

חוג המשוטטים:

ועדת הספורט והחוגים נמצאת בשלבי התארגנות מחודשת לאחר פטירתו של הנרי יוחנן פלד ז"ל. רכז חוג המשוטטים. מי מהגמלאים הרואה עצמו מתאים ומעוניין לרכז את החוג, מוזמן ליצור קשר עם ועדת הספורט בארגון.

חוג הצועדים:

לוי מנשה רכז חוג הצועדים ביקש לשחררו מהתפקיד. ועדת הספורט תשמח לקבל הצעה מחבר שירצה לקבל על עצמו לארגן מחדש את החוג.

חוג הדיג:

חוג הדיג ממשיך לפעול כרגיל. נציין כי חלק מהחברים יוצאים לדיג, בקבוצות קטנות של חברים, גם ללא קשר עם הארגון. עבור הפעילות של חוג הדיג בחודשים אפריל מאי 2015 אנו מנסים לאתר מקום מתאים בצפון הארץ לפעילות הדייגים, ולחופשה נעימה למצטרפים, לפעילות ימית.

מכון אבשלום ללימודי ארץ ישראל:

אנו שמחים להודיעכם על המשך פעילות "מכון אבשלום" לעובדי התעשייה האווירית וגמלאיה. "מכון אבשלום" הנו מוסד המקרב את הלומדים בו: לערכי ידיעת ארץ ישראל, לעברה ולנופיה, לאנשים החיים בה, וזאת באמצעות הרצאות וסיורים לימודיים בשטח. המכון מקיים לימודים בקמפוס לוינסקי בת"א, ואנו, ארגון העובדים והגמלאים בתעשייה האווירית, פתחנו בשיתוף עם המכון "שלוחה" המיועדת לנו, ומקיימים, זו השנה האחת עשרה, לימודים. הקורס המיועד לגמלאינו יתקיים בין נובמבר 2014 למאי 2015. הלימודים, בהנחייתם של מרצי המכון, יערכו באודיטוריום של העובדים בתעשייה האווירית, אחת לחודש, בימי א' בין השעות 16:30-18:15. סיורים מודרכים ברחבי הארץ הקשורים בנושא הלימוד, יתקיימו אחת לחודש בימי שישי או שבת. בכל חודש יתקיימו בממוצע 2 מפגשים. מפגש להרצאות ומפגש לסיור. התוכנית המפורטת תפורסם מייד לאחר גיבושה ותכלול את העלות לחברים. להרשמה ו/או חידוש הרשמה ובכל שאלה בנושא יש לפנות לפליקס פרטוק, רכז מכון אבשלום לגמלאים. פליקס פרטוק ניד 052-2211334 דוא"ל: ffertouk@gmail.com

ג'ורג' בורגל

יו"ר ועדת הספורט והחוגים

ארקיע מזמינה את גמלאי התעשייה האווירית לחופשות בלעדיות ברשת מלונות פתאל



2 לילות, כולל טיסות, סופ"ש

₪ 999

3 לילות, כולל טיסות, אמצ"ש

₪ 1099

מג'יק סאנרייז
לאונרדו קלאב אילת
לאונרדו פריזילג'

הכל כלול

מג'יק פאלאס
חצי פנסיון

לאונרדו רויאל ריזורט

חצי פנסיון

* בסופ"ש, א. צהריים מתנה
* כולל כניסה לעיר המלכים

arkia
ארקיע

*5758

שמא
לאנשים מפונקים במיוחד

המבצע תקף לחודשים דצמבר 2014 - מרץ 2015 בתאריכים נבחרים. המחירים לאדם בחדר זוגי וכוללים טיסות נבחרות הלו"ש מנתב"ג. חבילות סופ"ש מתייחסות לשישי - ראשון. ההטבה תינתן לגמלאי התעשייה האווירית בלבד עם הצגת תעודת עובד. תקף להזמנות חדשות בלבד, אין כפל מבצעים וארקיע רשאית להפסיקם/לשנותם בכל עת. מס' המקומות מוגבל. ט.ל.ח.



אנחנו יודעים מה יעשה לכם טוב
על הלב. הטבות ותנאים במיוחד
בשבילכם.



36°

הטבות מיוחדות לגימלאי התעשייה האווירית

במסגרת הסכם מיוחד שנחתם בין ארגוני התעשייה האווירית לבין
שחל רפואת העתיד, אתם מוזמנים להצטרף לשחל במחירים מיוחדים.
לפרטים נוספים ולהצטרפות לשירותי שחל אנא חייגו
054-6622331 למשה שאול וציינו כי הנכם גימלאי התעשייה האווירית.

.....
לפרטים נוספים *6626 | www.shahal.co.il
.....



בס"ד

גבריאל דדון - יו"ר

האדם הוא נזיר הבריאה ותכליתה

ראש השנה היהודי הוא היום הראשון בלוח השנה היהודי. ביום זה אנו מקבלים על עצמנו את מלכותו של האלוקים כמלך על כל הארץ. הוא מכונה בשם 'ראש השנה' ולא 'תחילת השנה' שכן כשם שהראש מכיל בתוכו את חיי הגוף כולו, כך ראש השנה הוא היום שבו בורא העולם מעניק פרנסה, בריאות וחיים לשנה הבאה עלינו לטובה.

מה קרה בראש השנה?

בששת ימי בראשית ברא האלוקים את העולם. בתחילה הוא ברא את השמיים והארץ, האור והחושך. בהמשך הוא ברא את האילנות, מאורות השמיים, החיות והעופות. העולם קרם עור וגידים אך משהו עדיין היה חסר: אדם שיבוא ויבחין בגדולתו של הבורא.

ביום השישי לבריאת העולם ברא האלוקים את האדם הראשון. הוא היה זה שהכיר בגדולתו של מי שאמר והיה העולם, וקרא לכל ברואי הארץ "בואו נשתחוה ונכרעה, נברכה לפני ה' עושנו". מעשה הבריאה הושלם עם בריאת האדם.

מדי שנה בשנה אנו מציינים את ראש השנה ביום בריאת האדם הראשון. כאז, בכל שנה בא' בתשרי אנו ממליכים את האלוקים למלך עלינו. על-ידי תקיעת שופר ואמירת פסוקים מן התנ"ך, אנו מכירים בהכנעה בגדולת הבורא ומבקשים ממנו: "וידע כל פעול כי אתה פעלתו, ויבין כל יצור כי אתה יצרתו, ויאמר כל אשר נשמה באפו: ה' אלוקי ישראל מלך ומלכותו בכל משלה".

החטא הראשון. זמן קצר לאחר שנברא האדם ראה האלוקים כי "לא טוב היות האדם לבדו, אעשה לו עזר כנגדו" וברא את חוה, אשתו של אדם. הוא ציווה

עליהם: פרו ורבו, ומילאו את הארץ וכבשוה. בנוסף הוא אסר עליהם לאכול מפרי עץ הדעת.

הנחש שהיה ערמומי שבחיות פיתה את חוה לאכול מפרי עץ הדעת. היא התפתתה ואף נתנה לאדם לאכול מפרי העץ. האלוקים העניש את האדם, את חוה ואת הנחש וגירש אותם מגן העדן. חטא עץ הדעת, שהיה החטא הראשון בתולדות האנושות, התרחש ביום בריאת האדם, בא' בתשרי.

הניסיון הקשה מכולם. יום ראש השנה הוא גם היום שבו אברהם אבינו עמד בניסיון הקשה מכולם והוכיח את נכונותו לציית לצו האלוקים גם במחיר הקרבת היקר לו מכל - בנו יחידו. לאחר שאלוקים התגלה אליו וציווהו להעלות לעולה את יצחק, הבן שנולד לשרה אשתו לאחר 90 שנות עקרות, אברהם ציית ויצא אל הר המוריה, שם ביקש להעלות את בנו לעולה. כשאברהם שלח את ידו ולקח את הסכין לשחוט את בנו, התגלה אליו מלאך האלוקים וגילה לו כי היה זה רק ניסיון שבו עמד בהצלחה. תמורת יצחק יעלה אברהם איל לעולה, ובשכר נכונותו לקיים את הצו האלוקי זרעו של אברהם ירבה ככוכבי השמים וכחול אשר על שפת הים. בראש השנה אנו תוקעים בשופר בין היתר כדי להזכיר לפני האלוקים את מעשה העקדה.

ראש השנה: יום הדין

הרעיון של החידוש, של ההתחלה מחדש, הוא אחד הרעיונות המרכזיים של ראש השנה; אך בניגוד למה שנהוג לחשוב ראש השנה עומד על עוד שתי רגליים: הדין והמלכת הקב"ה. על פי המשנה "בראש השנה כל באי העולם עוברים לפניו כבני מרון". הרמב"ן (ר' משה בן נחמן) מסביר: "בראש השנה כל באי העולם עוברים לפניו ונדון כל אחד ואחד בענייני העולם הזה, אם זכה לתת לו חיים ושלוה ועושר ונכסים וכבוד, או נתחייב למות בשנה זו, או ליסורין וצער ועוני" למעשה ראש השנה מתחיל תהליך שסופו בהושענא רבא של גזירת הדין לקראת השנה החדשה, כפי שאומר ר'



שירה [=קוראים את תפילת ההלל] לפניך בראש השנה וביום הכיפורים? אמר להם: אפשר מלך יושב על כיסא דין וספרי חיים וספרי מתים פתוחין לפניו, וישראל אומרים שירה?!"

אמנון ממגנצא בתפילת "ונתנה תוקף" - "בראש השנה יכתובו וביום צום כיפור יחתמו", אך רק בהושענא רבא (היום האחרון של סוכות) נגזר הדין ומונח. מימד זה מקשה על השמחה המלאה בראש השנה וזו נדחית לסוכות, הוא חג השמחה, כפי שמוסבר בגמרא: "אמר ר' אבהו: אמרו מלאכי השרת לפני הקדוש ברוך הוא: ריבונו של עולם, מפני מה אין ישראל אומרים

הביא לדפוס: גבריאל דדון

מודעה פרסומית

ועדת קבילות

גמלאים וגמלאיות שלום רב,

אנו מבקשים לחזור ולהזכיר לכם על קיומו של הערוץ להגשת קבילות ותלונות - ועדת הקבילות. במסגרת הוועדה אנו מטפלים בכל תלונה המוגשת נגד נותני שירותים, ספקים וחברות, שחתמו על הסכם עם התעשייה האווירית או עם ארגון גמלאי התעשייה האווירית.

נצלו את השירות! יש לנו 100% הצלחה!

אנו עונים בכל יום חמישי משעה 08:00-13:00
בטלפון: 03-9356970.

בברכה
יוסף בקשי
יו"ר ועדת קבילות
חברי הוועדה



כבר אנו צקוקים אכא!

אנו קוראים לכל אלו הרוצים להשפיע על דרכה של העמותה ולעזור לנו להעלות חיוך על פני בני משפחותיהם של כ-100000 חולי אלצהיימר להצטרף לעמותה.

להרשמה:

www.alz-il.net

בדוא"ל: office@alz-emda.org.il

8889* (מטלפון קוי), או 03-5341274

להתחיל להנות

ליצור, לחוות, להתפנק,
להתרגש, נופי השרון

מסלולי תשלום לבחירתכם:

משלמים
וגרים



פיקדון

תשלום חודשי
ללא פיקדון



שכירות

מרכז המגורים נופי השרון, דיור מוגן שיגרום לכם להתחיל להנות! חיי קהילה, תרבות, העשרה וחוויה. תתחילו לחיות בריא עם וצוות מקצועי מעולה. תתחילו לחיות בנוחות בקרבת מרכזי קניות ופנאי, תחבורה ציבורית ועוד. והכל עם אפשרויות תשלום שונות ונוחות. **כי החיים שלכם ראויים לאיכות ונוחות.**

לפרטים ולפגישה אישית: 09-8601777



נופי השרון
מרכז מגורים לאוכלוסיה מבוגרת
תמיד במרכז. אף פעם לא לבד

רח' פתח תקווה 7, נתניה (צמוד לקניון השרון)
office@nofeih.co.il | www.nofei-hasharon.co.il



5 כוכבי יופי

ההיסטוריה שלנו בתמונות

טכס הענקת גביע "אפס ליקויים" למחלקת חשמל במפעל אביזרים בשנת 1979



אנו בוועדת הגמלאון נשמח לקבל משוב ממי שמזהה עצמו בתמונה. ניתן לפנות לדוא"ל hgolan2@iai.co.il
הביא לפרסום: דוד בוך

מודעה פרסומית

אל ציבור העובדים!

שירותי סיעוד באמצעות עובדים זרים למשפחות נזקקות.
אנו שמחים להודיעכם כי הגענו להסדר עם חב' "תשבץ" העוסקת
בהבאת עובדים זרים לסיעוד: חולים, קשישים ומוגבלים, הנזקקים
לעזרה סיעודית של 24 שעות ביממה. חב' "תשבץ" תמסור לכל
מי מעובדי התעשייה האווירית אינפורמציה מלאה על דרכי קבלת
רישיון להעסקת עובד זר (כולל אישורים וזכאויות מהביטוח הלאומי
או מגורמים אחרים), תנאי העסקת עובד זר (זכויות וחובות) וכדומה.

הייעוץ יינתן חינם ללא התחייבויות מראש

עובדי התעשייה האווירית אשר יתקשרו עם חב' "תשבץ" יזכו
למחיר הנחה, לתנאי תשלום מיוחדים אשר סוכמו עם אגודת עובדי
התעשייה האווירית.

מסגרת ההתקשרות תכלול, בדיקת צורכי המטופל בביתו והתאמת
העובד הזר לדרישותיו ע"י עובדים סוציאליים. טיפול בהשגת
הרישיון להעסקת עובד זר, הזמנת העובד בחו"ל (כולל אישורי
משרד הפנים), קליטת העובד בארץ, הדרכתו ומעקב אחרי שירותו.
מסגרת ההתקשרות מעוגנת בהסכמים חוזיים בין המטופל/משפחתו
לבין חברת "תשבץ" ובין המטפל (העובד הזר) למטופל/משפחתו.

ההתקשרות עם חברת "תשבץ" הינה על בסיס אישי ואין אגודת עובדי התעשייה
האווירית צד להסכם.

משרד ראשי: רח' משה דיין 3 יהוד

טל: 03-6321010 פקס: 03-5368399

אפשרות למענה מיד



חברת תשבץ

מיומנת ומתמחה

בהבאת עובדים זרים

לחולים קשישים ומוגבלים
הזקוקים לעזרה סיעודית של
24 שעות ביממה

העובדים הזרים מגיעים מסרילנקה,
פיליפינים, בולגריה, אוקראינה,
מולדובה ועוד...

ההרשמה לשנת הלימודים תשע"ה בעיצומה

מכון אבשלום

המוביל בלימודים ובספורים

בידיעת הארץ

לימודי ארץ ישראל במגוון
מסלולים מעמיקים ומעשירים

מסגרת לימודית וחברתית
מהנה באווירה אחרת

ספורים, טיולים
וקמפוסים חווייתיים

מיטב המרצים
והמדריכים המובילים

5% הנחה
לגמלאי התעשיה
האווירית

* למעט הקורס
המשותף המתקיים
בתעשיה האווירית



avshalom-inst.co.il *9606

לקבלת
פרטים וידעון:

רח' שושנה פרסיץ 15 (קמפוס מכללת ליונסקי) קרית החינוך של תל אביב
עמותה רשומה מיסודה של ההסתדרות הכללית החדשה | חפשו אותנו ב-f



מכון אבשלום
המכון הראשון ללימודי ארץ ישראל

חברים כותבים

המטוס הראשון - "פוגה"

בדברי הימים של מדינת ישראל, ביום השישי לחודש יולי 1960 נרשם מאורע היסטורי, יום מסירת המטוס הראשון מתוצרת התעשייה האווירית, לחיל האוויר. לציון היום המיוחד, הנפיק דואר ישראל מעטפת דואר מבולת אשר חולקה לעובדים. מעטפת דואר שחבויה ונסתרת באלבומי עשרות שנים! יש ודפי נייר פשוטים למראה, מקפלים בתוכם אירועים היסטוריים וזיכרונות שעולים וצפים בצד געגועים לימים ההם.

התקופה: מדינת ישראל חוגגת "בת מצווה" ובתעשייה האווירית בת העשור הראשון לייסודה, שוקדים מהנדסים ועובדים על בניית מטוס "פוגה מגיסטר" אשר נועד להכשיר את טייסי חיל האוויר לטובים בטייסי העולם.

בצהרי אותו יום קיצי לאחר שנשלמו כל ההכנות הנדרשות והמטוס המריא אל על, שררה אווירת חג. התרגשות רבה אחזה בנו, בעיקר בין חברי הרבים ממחזור אוקטובר 1958, מחזור שהתקבל לעבודה זמנית "על תנאי תכנית פוגה". שוחחנו בינינו רבות ותהינו מה יעלה בגורלנו? האם נמשיך לעבוד? לשמחתנו המשכנו עוד שנים רבות לאחר אותו יום חגיגי, ועד הפרישה לפנסיה.

היו בינינו שמצאו את בנות זוגם בקרב עובדות החברה. הקמנו משפחות, והחששות במרוצת השנים התפוגגו. רבים מחבריי למחזור התקדמו, מי

במסלולים מקצועיים ומי בתפקידי ניהול.

בסיוע הנהלת המפעל רכשו אחדים מאתנו השכלה אקדמית. יצאנו בשליחות המפעל וייצגנו אותו בחו"ל. אחרים התנדבו לפעילות ציבורית למען רווחתם של כלל העובדים.

נזכור את החברים שהלכו בטרם עת!

ביום ההמראה שימשתי בתפקיד סיוע לצוות קרקע שהכין את המטוס לטיסה. בטקס השתתפו כל המי ומי מצמרת המדינה: דוד בן גוריון, שמעון

פרס מפקד חיל האוויר עזר ויצמן ועוד.

שמחתי כי בהיותי בחור צעיר בתחילת שנות העשרים לחיי, נפל בחלקי להיות בחברתם של גדולי האומה. טרם עלה המטוס לשמיים, נעמד מולי האלוף ושאל אותי: "איפה שרתת בחיל?" נשימתי נעצרה והשבתי בגמגום "לא הייתי בחיל האוויר שרתי בירוקים", שאלתו הבאה לא אחרה לבוא: "האם היית טס על המטוס?", הגמגום וההיסוס חברו יחדיו ולאחר שהייה ארוכה ענית: "אני לא טייס".

בתגובה הטיח האלוף בפני את מטבע הלשון האופיינית לו "אם יש ספק אין ספק".

גילוי נאות: תקופה ארוכה לא הבנתי את משמעות מטבע הלשון ששמעתי, זמן רב היו מחשבותיי טרודות בפענוחן של ארבעת המילים הללו.

הטקס התחיל וכל המכובדים ישבו על הבמה, ראשון הדוברים היה דוד בן גוריון:

"מאז מרכבת אליהו הנביא שעלה לשמיים, זאת פעם ראשונה שכלי טיס יהודי ממריא אל-על, מסיר את הכובע בפניכם".

הימים והשנים חלפו, וכל שנותר במרום גילי: זיכרונות מאותו יום חגיגי, המפגש עם האלוף, מעטפת דואר קטנת מידות שמקפלת בתוכה עדות לעשייה, והצדעה לכל המהנדסים והעובדים שהשתתפו בבניית מטוס הפוגה הראשון. הראשון שהיווה בסיס להמשכיות בנייתם של פרויקטים תעופתיים עד ימנו.

אלי כרמלי





לקחת את המשפחה צעד אחד הבואה...

מבצע מיוחד להשקת הפרויקט
50.000 ₪ הנחה
ובנוסף שכר טרחת עו"ד

מוגבל ל-5 דירות בלבד!

לב המושבה. סטנדרט חדש למשפחה שלך

מגדל המגורים החדש בין אם המושבות ונווה גן מציג תכנון מיוחד, דירות גדולות עם מרפסות מרווחות, במיקום נגיש לכל השירותים העירוניים ולצירי התנועה המרכזיים. לבחירתכם: דירות 4,5 חד', מיני פנטהאוזים ופנטהאוזים.

פרץ בוני הנגב בונים כבר למעלה מ-40 שנה
באר יעקב FINE | יבנה SPECIAL EDITION
אשדוד DUNE | רחובות גבעת האהבה
משכנות ירושלים MELODY | ראש העין
רחובות לב הדלים | נתניה אגם | ירושלים
משכנות ירושלים לב החורש | פתח תקווה לב המושבה
מודיעין לב הפארק - בקרוב | רחובות - לב הדלים-2 בקרוב

***3100** | 054-5208899
www.peretzbh.co.il

ההדמיה להמחשה בלבד | החברה רשאית להפסיק את המבצע בכל עת | ט.ל.ח

פרץ בוני הנגב

המשפחה שזונה לאשפחות



סא"ל מילי אמנון סלעי ז"ל - אבי ה"דבור"

הנדסת מכונות בטכניון. אחרי שנתיים עבר ללימודי הנדסה ימית בארה"ב, וחזר לחיל הים כמהנדס אוניות ואדריכל ימי.

בעת שירותו במחלקת ציוד בחיל הים, עסק בין השאר בתכנון **נחתות ה-60 מטר**, שנבנו במספנות ישראל, היסב באפריקה מעבורת רכב גדולה לאונית נחיתה לטנקים - **אח"י בת שבע**, ותכנן את **הדבור**. בשנת 1975 במהלך שירות מילואים, ביצע בדיקת ייתכנות ל"דבורה", ספינת ביטחון שוטף מתוצרת **רמת"א**.

בהמשך, עבר לעבוד במינהל שיווק ים של התע"א ועסק בשינויים הנדרשים במבני אוניות של לקוחות שונים, שרכשו מערכות לחימה (טילי גבריאלי, מכ"מים וכד') מתוצרת מפעלי התע"א. שם נפגשנו, ועבדנו יחדיו על מספר פרויקטים. לאחר פרישתו מהתע"א, בשנת 1994 נראה מידי פעם משתתף בכנסים של חיל הים ובעמותת חיל הים.

לקראת הכנת כתבה גדולה אודות תולדות הדבור והדבורה, נדברנו להיפגש ולהחליף מידע.

פספסתי, התמהמהתי זמן רב מדי. ב-10 ביולי 2014, קהל גדול של חברים ליווה אותו בדרכו האחרונה. יהי זכרו ברוך!

כתב: גדי שכטר, סא"ל (מיל)

אגדות רבות אודות **הדבור** ותולדותיו, כגון: "הדבור שירת בווייטנאם", אינן נכונות אך הן רווחות בחוגים שונים. האמת היא **שהדבור** ובמידת מה **הדבורה**, הינם כלי הלחימה העיקריים של חיל הים במשימות בט"ש (ביטחון שוטף) לאבטחת הגבול הימי הקרוב של מדינת ישראל*. כלים אלו הם יציר מוחו, פרי מקצוענותו ואי נכונותו להתפשר על מוצר פחות ממושלם, של לא אחר מאשר **סא"ל (מיל) אמנון סלעי ז"ל**.

אמנון סלעי (סוסליק) נולד ב-25 באוקטובר 1929 בתל אביב. מילדותו אהב את הים ובגיל 13 כבר יצא להפלגות ארוכות בסירות חתירה ומפרש, מהירקון אל מרחבי הים התיכון. בגיל 18 הצטרף לפל"ם.

בן 19 שירת כימאי בצוות הראשון שהשתלט על **אח"י "סער"**, אחת מסירות המשמר הראשונות מדגם HDML ביום ש"נלקחו" מהבריטים לפני שאלו עזבו את הארץ. ביולי 1948 נשלח לקורס חובלים הראשון של חיל הים (מחזור א') שנערך ביפו. משם חזר ושירת כקצין נשק על **אח"י "השומר"**, אונית המעפילים "וודג'ווד" שגויסה מתוך "**צי הצללים**" להיות אונית קרב, מהראשונות של חיל הים הצעיר. בהמשך נענה לקריאתו של **דוד בן-גוריון** שתכנן להקים בסיס הנדסי מקצועי לחיל הים, ויצא ללימודי

* בטווחים הרחוקים יותר, בעומק הים, פועלות ספינות הטילים והצוללות של חיל הים

ביקור גמלאים במפעל מנועים

גם את מנהל המפעל ובכיריו, ארך זמן ממושך ובסיומו בוצעו צילומים משותפים שניתן לראותם באתר הגמלאים באינטרנט, תחת מחיצת "אלבום תמונות". הגמלאים התקבלו בחיבוק חם של העובדים, ונראה היה שהחברים מבקשים להשהותו ולמצותו עד כמה שניתן, וזאת עד לפרידה עצמה.



הלל שחם
יו"ר ועדת תעסוקה בארגון הגמלאים

בתאריך 25.3.2014 התקיים ביקור במפעל מנועים של חטיבת בדק מטוסים, והשתתפו בו כ-150 גמלאים. הביקור החל בקבלת פנים באודיטוריום שבבניין כספים במטה החברה. מפגש החברים היה מרגש והוגש כיבוד.

לאחר מכן התכנסנו באולם והושמעו דברי ברכה של אנשי הנהלת החטיבה, משאבי אנוש, מר אפלבוים מארגון הגמלאים ויו"ר הארגון מר יעקב שפי. בהמשך ניתנה סקירה קצרה על ההתפתחויות העסקיות של המפעל: מגוון המנועים, המוצרים, והשירותים שהמפעל מספק ללקוחותיו. לאחר מכן נערך סיור במפעל עצמו.

גולת הכותרת של הביקור הייתה הפגישה המרגשת ומחממת הלב שעובדי המפעל, על כל חלקיו, קיבלו בה את ציבור הגמלאים. אנשי המפעל המתינו יחדיו להגעת הגמלאים ודחקו בהם להיפגש, להחליף חוויות, אפילו על חשבון זמן הסיור במפעל. מפגש זה, שכלל

מודעה פרסומית



**אנו בפרופיט שירותים פיננסיים,
בשיתוף עם ועד הארגון
מציעים לך מגוון פתרונות
השקעה וחסכון בתנאים יחודיים,
הכוללים הטבות מס
ייחודיות לגמלאים!**

**פנה אלינו עוד היום לבחינת כלל נכסיך
וחסוך עד אלפי שקלים בשנה!**

לתיאום פגישה, ללא התחייבות:

עידן ישראל. 054-6212050
מייל: idan@y-f.co.il

לביא כהן. 052-8446208
מייל: lavi@profit-fs.com

- תכנון פיננסי אישי ללקוח ובחינה מקיפה של כלל הנכסים.
- ליווי מקצועי בקבלת החלטות בנקודות מפתח חשובות לאורך כל הדרך.
- איש קשר זמין עבורך בכל שעות היום, גישה ישירה אל הנציג המטפל!

ביקור גמלאים במפעל שירותים תעשייתיים

משה בק, מנהל מפעל שירותים תעשייתיים, נתן סקירה רחבה ביותר על ההתפתחויות העסקיות של המפעל, וכן על השירותים שהמפעל מספק ללקוחותיו שהם יחידות התפעול השונות ומפעלי התע"א בנתב"ג וביחידות שמחוצה לו. כל גמלאי קיבל חוברת "תעשייתון" המספקת מידע עדכני על המפעל ועל ההווי שהתפתח בו.

עקב הקושי לבצע ביקור במפעל עצמו, אין לו מיקום מרכזי כמו לשאר מפעלי החברה, התקיים הביקור במפעל מל"ט שהיה מאלף מאוד והותיר רושם עז על המבקרים.

בסיומו של הביקור ובמהלכו, בוצעו צילומים משותפים שניתן לראותם באתר הגמלאים באינטרנט, תחת מחיצת "אלבום תמונות".

הלל שחם

יו"ר ועדת תעסוקה בארגון הגמלאים



הביקור במפעל שירותים תעשייתיים של מטה החברה התקיים בתאריך 1.7.2014 והשתתפו בו כ-60 גמלאים ופורשים לדורותיהם.

הביקור החל בהתכנסות ברחבת ש.א.ל. ובמפגש מרגש בין החברים אשר לא התראו מספר רב של שנים. השתתף בו גם יו"ר הארגון **מר יעקב שפי**.

לאחר בידוק ביטחוני עלו החברים לאוטובוס אשר הסיע אותם לתוך המפעל, לאודיטוריום במפעל מל"ט.

במקום התקבלו הגמלאים בכיבוד ובמפגש מרגש שנערך במבואה.

לאחר מכן נתכנסו באולם ובו הושמעו דברי פתיחה של **מר שמואל אפלבוים** מארגון הגמלאים שבירך והודיע שביקור זה הוא ביקור פיילוט לסוג חדש של ביקורים אשר מתוכננים לכל גמלאי החברה, במפעלים השונים.

בנוסף הושמעו דברי ברכה של אנשי הנהלת המפעל, **גיל שמר** ראש מנהל משאבי אנוש, **מר אבי שקלרסקי** בשם יו"ר הארגון אשר נאלץ לעזוב עקב מחויבות קודמת.



טוס לצפון, הרכב והמלון מחכים לך שם!

שם המלון	תקופת האירוח	החבילה כוללת	מחיר לאדם לכל החבילה	שווי החבילה לאדם
ספא וילג' חמת גדר	אמצ"ש	2 לילות באמצע שבוע חצי פנסיון טיפול חצי שעה טיסה הלוך ושוב ורכב	1717	2070
ספא וילג' חמת גדר	סופ"ש	3 לילות בסוף שבוע חצי פנסיון טיפול חצי שעה טיסה הלוך ושוב ורכב	1935	2965
ספא וילג' חמת גדר	חגים	2 לילות באמצ"ש או 3 לילות בסופ"ש חצי פנסיון טיפול חצי שעה טיסה הלוך ושוב ורכב	2152	3265
אורכידאה הבית בגליל	אמצ"ש	2 לילות באמצע שבוע לינה וארוחת בוקר טיסה הלוך ושוב ורכב	1826	2130
אורכידאה הבית בגליל	סופ"ש	3 לילות בסוף שבוע לינה וארוחת בוקר ושישי ארוחת ערב טיסה הלוך ושוב ורכב	2832	3100
מלון בוטיק גרנד ויסטה	אמצ"ש	2 לילות באמצע שבוע לינה וארוחת בוקר טיסה הלוך ושוב ורכב	1826	2380
מלון בוטיק גרנד ויסטה	סופ"ש	3 לילות בסוף שבוע לינה וארוחת בוקר טיסה הלוך ושוב ורכב	2832	3290
מלון רות רימונים צפת	אמצ"ש	2 לילות באמצע שבוע חצי פנסיון וטיפול 45 דקות + חבילת VIP פירות, מים מינרלים חלוקי רחצה טיסה הלוך ושוב ורכב	1929	2807
מלון רות רימונים צפת	סופ"ש	3 לילות בסוף שבוע חצי פנסיון וטיפול 45 דקות + חבילת VIP פירות, מים מינרלים חלוקי רחצה טיסה הלוך ושוב ורכב	2223	3581
רימונים גלי כנרת טבריה	אמצ"ש	2 לילות באמצע שבוע חצי פנסיון וטיפול 45 דקות + חבילת VIP פירות, מים מינרלים חלוקי רחצה טיסה הלוך ושוב ורכב	2332	2895
רימונים גלי כנרת טבריה	סופ"ש	3 לילות בסוף שבוע חצי פנסיון וטיפול 45 דקות + חבילת VIP פירות, מים מינרלים חלוקי רחצה טיסה הלוך ושוב ורכב	3485	3841
מלון מצפה הימים	אמצ"ש	2 לילות באמצע שבוע חצי פנסיון טיסה הלוך ושוב ורכב	2230	4387
מלון מצפה הימים	סופ"ש	3 לילות בסוף שבוע חצי פנסיון טיסה הלוך ושוב ורכב	3625	5333



מחירים מיוחדים לגימלאי התעשייה האווירית



• חובה להגיע עם תעודת זהות לבידוק בטחוני 40 דקות לפני הטיסה • קבלת הרכב והחזרתו במתחם שדה התעופה ראש פינה, רכב מסוג מזדה 2 או דומה, מוגבל ל 99 ק"מ ליום • ידרש רישיון נהיגה וכרטיס אשראי לבטחון. קבלת הרכב עם מכל דלק מלא והחזרתו במכל מלא • ע"ב מקום פנוי וזמינות מקומות בטיסות • המחיר לאדם בהרכב זוגי (מינימום להזמנה 2 נוסעים) • בתוקף למימוש עד 31/12/2014 • קוד מבצע 555 גמלאי התעשייה האווירית

לפרטים 050-4499766
מרכז הזמנות עיט תעופה ותיירות

דבש הכול דבש

מה קדם למה? הדבורה או האדם? לפי סיפורי התנ"ך, מתחריטי קיר עתיקים ומאובנים שנמצאו לפני כ-150 מיליון שנה, עולה כי כבר אז, בתקופה הפרהיסטורית, נעשו שימושים רבים בנוזל הכתמתם (למטרות בריאות, אוכל, עולה, קורבן, קוסמטיקה וטיפול יופי). התוצאה - הנוזל המתוק והסמיך המופק על ידי הדבורים מצוף הפרחים, זוכה לתואר "המזון העתיק ביותר בעולם".

מאת נטאלי סילבר

הפריית המלכה בלבד. תפקידה של המלכה הינו אחד, להטיל ביצים, 3,000 ביצים ביום. היא עושה זאת כל ימי חייה, כשנתיים לערך. באותה העת היא אינה זזה ממקומה. במשך כל הזמן הזה דואגות הפועלות לכל מחסורה ולרווחתה של המלכה וזאת בד בבד עם איסוף צוף, שמירה על הכוורת, בניית תאי דונג חדשים, טיפול בצאצאים, ניקיון הכוורת וכו'.

מזון מלכות - דבש דבורים

הדבש הוא נוזל המופק מצוף פרחים על ידי פועלות הכוורת, דבורות הדבש - *apis mellifera*. מטרת איסוף הצוף הינה למעשה איסוף אוכל עבור הדבורות, המלכה, הזכרים בכוורת והזחלים. על מנת לייצר קילוגרם אחד של דבש, נחוצות כאלף דבורים שילקטו צוף משטח תעופה של כ-150 אלף ק"מ וחמישה מיליון פרחים לפחות! הצוף מועבר בין הדבורים מפה לפה ובאופן זה הופך סמיך ונוזלי עד שהסוכרים בו מגיעים לשיעור של 80% לפחות. סוכרים אלו, הנחשבים לפחמימות הדבש, נספגים במהירות בדם ולכן מעוררים ומגבירים את האנרגיה. בשלב זה הדבש מופקד בחלת הדבש שבכוורת, לשם המשך הכנתו. הדבש מופק ללא התערבות כימית ונשאר טבעי לאורך כל הפקתו. הוא מכיל גלוקוזה, פרוקטוזה, סוכרוזה, מלטוזה, חומצות צמחים וכ-181 מרכיבים בסך הכול הנחשבים לבעלי ערך תזונאי רב.

סם מעורר

הדבש ידוע כמאכל שחביב על ספורטאים, רקדנים וזמרים, לא רק בשל היותו "סם" מעורר, אלא בשל העובדה כי למרות מתיקותו הוא מכיל פחות קלוריות מסוכר לבן (5 גרם שווים ל-20 קלוריות). וזאת נוסף על כל הוויטמינים והמינרלים שהוא מכיל (ברזל, סידן ונתרן) ועל העובדה כי הדבש אינו מתקלקל לעולם. מזון המלכות, שהפך לכה פופולרי בשל הסגולות שמייחסים לו (הארכת חיים

אפשר לומר בבטחה כי הדבש קדם לאדם. עדויות מהתקופה הניאוליתית מוכיחות כי האדם השתמש בדבש ובמוצריו לאורך כל ההיסטוריה האנושית. במאובנים המתוארכים לפני 150 מיליון שנה נמצאו עדויות לדבורת הדבש. בתחריט קיר מלפני 15 אלף שנה שנמצא בזימבבואה, נראה אדם המשתמש בעשן לשם הוצאת הדבורים ליד כוורת. במקדש השמש שבמצרים העתיקה נמצאה כתובת מהאלף השלישי לפנה"ס, המספרת על רדיית דבש ודונג. בקברו של פא בו סא (625-660 לפנה"ס) מופיע תחריט של אדם רודה דבש מכוורת בצורת חרוט. האדם גילה את הדבש עוד בתקופה הפרהיסטורית. עדות לכך נמצאת בציורי קיר במערות שונות ברחבי העולם. הדבש התגלה על ידי תרבויות שונות אשר לא היה ביניהן כל קשר. דבורת הדבש ומוצריה היו ידועים היטב ביוון העתיקה. אלו אפו עוגות דבש, שילבו גבינה בדבש והעלו כמנחה לרוחות המתים וכהוקרה לאלים. על פי המיתולוגיה היוונית והרומאית, זאוס, מלך האלים, ניזון מדבש מלכות ואף כונה "מלך הדבורים". אלו שילבו אותו במשקה אלכוהולי - יין הדבש (נקטר האלים) - כחלק מתרופות וכחלק מהתזונה. בעולם הערבי נהגו לרדות דבש מנחילים טבעיים ולגדל דבורים בכוורות עשויות חמר. הנביא מוחמד ראה בדבש תרופה למחלות נפש.

פלא בריאה - הדבורה

הדבורה הינה חרק מעופף קטן בצבע כהה כתמתם. גודלה אינו עולה על 2 ס"מ ויחד עם חברותיה לכוורת היא לוקחת חלק במפעל שלם אשר תפקידו הוא אחד - ייצור דבש. כל יום, במשך כל השנה, יוצאות הדבורים לשדות הפרחים ומוצצות צוף, ואיתו הן חוזרות לכוורת. כוורת ממוצעת מכילה רבע מיליון דבורים בקירוב. אלו הן "הפועלות". הן עובדות יחד בהרמוניה ובסדר מופתי, תחת מלכה אחת וזכרים אשר תפקידם הוא



עוגות, להכין ממנו מסכות יופי ואמבטיות ואף לערבב אותו בתה כממתיק טבעי ובריא, במיוחד בימים של הצטננות ושיעול. סביב הנוזל המיוחד הזה נקשרו שלל אגדות ומיתוסים בניחוח מאגי.

- המושג ירח דבש החל בשבטים מרוחקים באפריקה (טבטונים). זוגות שאך נישאו נאלצו לאכול דבש במשך חודש על מנת שחייהם יהיו מתוקים.
- הדבש מועיל לאונות הגבר - אטילה ההוני היה מוהל דבש בחלב סוסות בשל האמונה כי זה יעזור להגביר את אונו. גם יוצאי מרוקו מאמינים כי דבש עוזר להגברת האונות ומלעיטים את החתן בדבש לפני החופה.
- אלכסנדר הגדול ביקש שיחנטו את גופו בדבש, על מנת שיזכה לחיי נצח.
- אצל עמי מסופוטמיה נהוג היה לשפוך דבש על מפתן הבתים ועל אבני הנצחה, וכן לשפוך יין ודבש על בריחים של מבנים מקודשים.

ובריאיות), הוא בעצם הצוף שנאסף במטרה להאכיל את המלכה. גם בתוצרי הלוואי של הדבש (פולן ופרופוליס) משתמשים בתעשיית הבריאות והקוסמטיקה, מאחר שהפולן הנאסף מפרחים בזמן יניקת הצוף והמשמש להאכלת הרימות בכורת, מכיל חלבון וחומצות אמינות ועשיר בלחות ובאנזימים פעילים. בפרופוליס המופק משרף עצים והמשמש לבניית הכוורת נמצא שימוש יעיל בחיזוק המערכת החיסונית. בעולם קיימים מעל 300 סוגים של דבש. טעמו של הדבש משתנה בהתאם לפרחים ולצוף שנאסף. בישראל ניתן למצוא בעיקר דבש הדורים וזעתר בהיר המופק בימי הקיץ, דבש פרחים ואבוקדו המופק באביב ודבש אקליפטוס המופק בימי הסתיו.

תורה מתוקה

"ארץ חטה ושערה, וגפן ותאנה ורמון; ארץ-זית שמן ודבש" (דברים ח, ח). במקורות מופיעה המילה דבש פעמים רבות. בתנ"ך בלבד היא מופיעה 54 פעמים, ומתוכן 21 פעמים כביטוי המתאר את ארץ ישראל. בספר תהילים מוזכר הדבש כמשל לטעמה הטוב של התורה, בספר במדבר הוא מוזכר בהקשר לארץ האבות, כ"ארץ זבת חלב ודבש", ובגמרא ובסיפורי אבות הוא מוזכר כסממן ריחני (קטורת) בבית המקדש. ההיסטוריה והתרבות היהודית עמוסות סיפורים שבהם משולב הדבש כחלק מאורח החיים. בראש השנה מצווה היא לטבול תפוח בדבש כסמל לשנה טובה ומתוקה; המורה בחדר לימד תלמידים את אותיות האל"ף-בי"ת בזמן שהם לוחכים דבש וזאת על מנת להמתיק את לימוד התורה; וגם בקבלה המעשית משמש הדבש חומר מחבר, ממתק.

מיתוסים, מנהגים, אמונות ושימושים הקשורים לדבש

- ניתן למרוח אותו על פצעים לריפוי, לאפות ממנו





- הרוזנת קתרין דה מדיצ'י שימרה קרפיונים בדבש בטענה שאלו מעניקים לה יופי על זמני ועור חלק ומתוח.
- דוכסיות ומלכות באירופה ביקשו אמבטיות דבש וחלב בשל המיתוס כי שילוב זה יעניק להן עור צעיר ומתוח.
- המיתולוגיה היוונית מתארת את ארוס, אל האהבה, כגונב דבש וגם כמגן הדבורים, וכן שהיה נוהג לטבול את חציו בדבש לפני שירה אותם ללבבות האוהבים, בעוד שאלת הירח ארטמיס צוירה לעתים כדבורת דבש.
- על פי הרמב"ם, גדול חכמי ישראל, והיפוקראטס, אבי הרפואה המערבית, הדבש הוא לא תרופת סבתא ושימש תרבויות קדומות לטיפול ולהרגעת פצעים וכוויות מאחר שהוא סופח נוזלים, מרגיע עצבים וטוב לרפואת הנפש והגוף.
- כיום נחשב הדבש לאמצעי אנטי דלקתי לטיפול בזיהומים חיצוניים כגון פצעי לחץ, יובש וכוויות ונחשב לאנטיביוטיקאלי. הוא טוב לטיפול בזיהום במערכת העיכול ולהצטננות ושיעול. מריחת דבש על שפתיים יבשות וסדוקות תעזור לרכך, מריחה על אפטות פה תקל את הכאב.
- ומה לגבי אוכל? עם דבש ניתן לכבוש בשר ושימורי פירות וירקות, לייצר ממנו משקאות אלכוהוליים (יגר, שאומו מייצרים נזירים ושהפך למשקה פופולרי, וודקה דבש, ליקר דבש), לטגן ולבשל מאכלים ואף לאפות. בשל תנופת העיור, התיעוש, משבר המים, מזג האוויר, עקירת פרדסים, עצי אקליפטוס ושדות, מחסור בתקציבים, מחסור בכוח עבודה, הרחבת הכבישים, מיעוט צמחי הבר ושתילתם של עצים בעלי פרחים, קיימים פחות אזורים בארץ שמהם יכולים הדבורים ללקט צוף לייצור הדבש. בשל כך הוקמה ב-2009 יוזמה משותפת, "נטיעות צופניות" למגדלי הדבש ולקק"ל, במטרה לנטוע עצים שיתאימו לדבורים.

"אם לא יהיו דבורים בעולם האנושות תחדל להתקיים" (אלברט איינשטיין)

על פי אלברט איינשטיין, בתוך ארבע שנים מרגע שהדבורים ייעלמו מהעולם, אנחנו, האנושות, נחדל להתקיים. הדבורים אחראיות להאבקת שליש מהתזונה העולמית של כולנו. בלי איסוף הצוף של הדבורה, יחדלו

להתקיים מינים רבים של פירות וירקות, ובהם אגסים, תפוחים, קישואים, מלונים, שזיפים, תותים, ליצי, מנגו, אבוקדו, אבטיח ופירות הדר. בשנים האחרונות מבשרים דבוראים רבים על היעלמות של דבורים ברחבי העולם. עם היעלמות הדבורים ייפגעו ענפי החקלאות. לדבש ימצא תחליף זול, אולם לגידולים לא. הכול ייפגע, בעיקר הטבע: העופות והבקר הניזונים מזרעים ומתבן לא יקבלו את תזונתם, פריחת הצמחים תתמעט, פירות וירקות לא יאובקו והתוצרת תפחת. כולנו ניפגע מכך, והכול בגלל חרק אחד קטן. לדבורה תפקיד חיוני בהאבקת גידולים חקלאיים. אם הדבורה לא תפרה את הצמח והחנטו, לא יצמחו פירות, לא יהיה דבש ולא יהיו גידולים חקלאיים. לא ברור אם הדבורים פשוט איבדו את הדרך הביתה בשל הקרינה הסלולרית, שינוי תוואי הערים, בנייה, מיעוט שטחי מרעה, שינוי מזג האוויר או הרעלה בשל חומרי הדברה לגידולים, או שמא טפיל מוכר פוגע בדבורים עצמן. הפתרון כעת מוטל על מגדלי הכוורות ועל יכולת הניוד של הכוורות (בישראל, מרמת הגולן לדרום בקעת הירדן והסביבה, ניוד בתוך המושבים באזור השרון וחיפוש אחר שטחי מרעה חדשים). על אלו מוטלת בדיקה של הכוורות מדי יום או שבוע, סיוע לכוורות חלשות, החלפת המלכה אם היא לא מספקת הסחורה, הבאת דבורים חדשות לכוורת ריקה או חלשה וכו'. כל אלו אמורים לסייע למניעת התופעה.

החלה הרשמה למבצע מנוי חורף קאנטרי סביון לחיות נכון

שתי
ברירות שחיה
מחוממות
בחורף



להנאתכם: 2 בריכות (מחוממות בחורף) בריכת פעוטות,
חדר כושר חדש ומשוכלל, ספינינג, מגוון רחב של חוגים,
ריקודי עם 4 פעמים בשבוע, כדורת דשא ומגרשי טניס

סביון קאנטרי קלאב
country club savyon

המועדון 1 סביון, 077-4030941/2 | אתר: www.countrysavyon.co.il

תשבצופן מס' 25

מאת: רן מאיר

פתרתם את כל התשבץ?

העתיקו את האותיות שכתבתם במשבצות המסומנות בלועזית, אל שורת משבצות הצופן. אם פתרתם נכונה - יתקבל צופן התשבץ.

הגדרות:

הצופן:

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

F	G	H	I	J
---	---	---	---	---

מאוזן:

- רושם שנקבע עפ"י מסרים לא מילוליים
- חרק מעופף, הרסני לחקלאות
- אדון
- מדבר הררי בנגב הדרומי
- אולם, ברם
- תרומה לנזקים
- צעקני
- אריס, צמית
- בולדוזר
- משטח אבן במטבח
- בהשאלה: מרכז
- גדיל לקישוט
- עוף נודד עובר בארצנו
- חימצה, מין קטניה
- עונה בשנה
- משמש לנעילת דלת
- גומי לעיסה

מאונך:

- אוקטופוס
- זאטוט, פספוס
- נאה מאוד
- מדור, חדרון
- יתוש נושא מלריה
- רצועת פרסומת באינטרנט
- הטוב ביותר
- הכין תרופה
- חקר שפה
- עסקן מפלגתי
- קפל בבגד
- יגדל
- גרעפס
- עוף ימי
- מנע מעבר
- מאמין

7	6		5		4	3	2	1
	11			10		9		8
		15		14		13		12
			C		F			
	B			D		17		16
21			20		E	19	18	
	24			23				22
A			G					25
		26				I		
				28			H	27
J								

פתרון תשבץ מס' 24:

ר	י	כ	ש	ה	ל
---	---	---	---	---	---

ה	ר	י	ד
---	---	---	---

בהגרלה שנערכה בקרב פותרי תשבץ מס' 24 (גיליון מס' 100)

זכה מר **עודד אורן מתל אביב**

ומקבל את הספר "השמים הם הגבול"

שכתב מר **אל שווימר** ז"ל, מקים התעשייה האווירית

את הפתרונות יש לשלוח לוועדת הגמלאון במשרדי הארגון עד לתאריך 15/10/2014 ולציין על המעטפה **פתרון תשבץ מס' 25**. בין הפותרים נכונה תיערך הגרלה לקבלת הפרס.



ארגון הגמלאים מרכין ראש לזכרם נפרדו מאתנו



שם פרטי	שם משפחה	תאריך פטירה	מפעל	עיר
אהוד	קדיש	11/3/2014	ט' אדר ב' תשע"ד	נווה ירק
דוד	לויאשילי	18/5/2014	י"ח אייר תשע"ד	לוד
חנוך	צור	1/6/2014	ג' סיוון תשע"ד	גדרה
סעדיה	עוז	2/6/2014	ד' סיוון תשע"ד	לוד
שלמה	רשף	5/6/2014	ז' סיוון תשע"ד	כפר סבא
סבט	גיוזף	7/6/2014	ט' סיוון תשע"ד	קרית אונו
אהרון	כהן	9/6/2014	י"א סיוון תשע"ד	ראשון לציון
יוסף	כהן	9/6/2014	י"א סיוון תשע"ד	חולון
שמעון	קלברנו	10/6/2014	י"ב סיוון תשע"ד	ראשון לציון
אברהם	פולק	17/6/2014	י"ט סיוון תשע"ד	ראשון לציון
משה	יעקבי	17/6/2014	י"ט סיוון תשע"ד	רעננה
פרץ	פיוריטי	21/6/2014	כ"ג סיוון תשע"ד	באר שבע
וולף	קליימן	24/6/2014	כ"ו סיוון תשע"ד	בת ים
נתן	גוטריימן	1/7/2014	ג' תמוז תשע"ד	ראשון לציון
ריימונד	אזולאי	10/7/2014	י"ב תמוז תשע"ד	רמלה
גבריאל	רונה	15/7/2014	י"ז תמוז תשע"ד	באר שבע
מאיר	סעדון	17/7/2014	י"ט תמוז תשע"ד	לוד
אפרים	קטן	19/7/2014	כ"א תמוז תשע"ד	פתח תקווה
בצלאל	היצחקי	21/7/2014	כ"ג תמוז תשע"ד	שערי תקוה
חיים	גבע	24/7/2014	כ"ו תמוז תשע"ד	כפר סבא
נפתלי	פז	27/7/2014	כ"ט תמוז תשע"ד	כפר סבא
ראובן	שלוש	27/7/2014	כ"ט תמוז תשע"ד	טבריה
אברהם	מגרלשילי	28/7/2014	א' אב תשע"ד	רחובות

תנחומים למשפחות



רוטשטיין מאחז אקולוגיה ואז
2 יג ישיאל שנה טובה

רוטשטיין 60 שנות מצוינות בבנייה.



שיג (השגן)
המערב החדש של קרית השרון

פלורנטין 2



נפתחו שלבים ג' + ד.
החלה הבנייה.

דירות גדולות עם מרפסות
ענק של 30 מ"ר



פנטהאוז לאכלוס מיידי

לב הטרנד, לב תל אביב



הצטרפו להצלחה!
החלה ההרשמה לשלב ב'

דירות ענקיות עם גינות תלויות,
פארקים ומפרט פרימיום עשיר

רוטשטיין בתש"י רמת גן

צמרת רוטשטיין
מגדל הסאקס ברמת אלישיב

צמרת
העמק



בקרוב!



החלה הבנייה.
המכירה בעיצומה

הפרויקט מיועד לציבור הדתי לאומי



5 חד' החל מ-955,000 ₪

העמק מתעורר! איכות חיים גבוהה
במגדל העמק מערב. המכירה בעיצומה

* כל הפרוייקטים לפי תקן בנייה ירוקה (למעט פלורנטין 2) * ההדמיות להמחשה בלבד