



משקה על עלי התמר

אסתר אפריאט מלול, נאות הכיכר

רוח חמה בנאות המדבר
מסיעה שירת משק
צמרות הדקל בתמר.

דואים על עלי הענף
כנוצה על הכנף
כף אל כף יחלקו מתיקות הפרי בסנסניו.

מנופפים לשלום ואחות הביחד
לאותם החולפים ביער על גבו
של זרם אור חם.

להקות להקות
בראש חץ סדורן,
מעצימים כוחם
ובוטחים באחדותם.



עיתון המועצה האזורית תמר

ביטחון

4 סקירת ההיערכות הביטחונית במרחב תמר לצד תנופת התחדשות

מרתון ארץ ים המלח

6 סיכום המרתון השישי - מאירועי הריצה הגדולים והחשובים בישראל

פסטיבל הוולנס

8 סיכום אירוע קהילתי ראשון מסוגו אשר חיבר בין המימד הפיזי והרוחני

מלון עין גדי - החופש לבחור

10 מהפכה קולינרית וחוויה הוליסטית המעוררת את כל החושים

צעירה חסרת מנוח

12 היכרות עם החקלאית - נופית וקנין מעין תמר

הבמה היא שלהם

14 זרקור על תושבי תמר מישובי המועצה

עונת האביב - 'הגראנד פינאלה' של לפני הקיץ

28 ד"ר עודד קינן

יצאת מצרים של הצמחים:

30 על השחרור שבמדבר - ד"ר אופיר כץ

לתשומת לבכם: כתבות בהן לא מצוין שם הכותב הן כתבות מערכת. טלח



קוראינו היקרים,

הג הפסח בפתח. הזדמנות מצוינת לעצור ולהתבונן במשמעות העמוקה של החג, שנושא עמו לא רק זיכרונות משפחתיים וטעמים אהובים, אלא גם מסרים חשובים שמלווים אותנו לאורך הדורות.

הפסח, חג החירות, הוא חג שבו אנו חוגגים את שחרורנו מעבדות לחירות. זהו זמן לחשוב על מהות החופש האישי והקולקטיבי, ולזכור את המחויבות שלנו לשמירה על חירותם של אחרים. החג מדגיש את כוחה של התחדשות, את היכולת להתעלות על מצבים קשים ולשחרר את עצמנו מעול כלשהו, בין אם מדובר בעול פנימי או חיצוני, אך לצד החופש, חג הפסח גם מלמד אותנו על החשיבות של זיכרון. זיכרון ההיסטוריה, המסע הארוך שלנו כעם, והמאבקים שהיו בדרך לחירות. מתוך הזיכרון הזה, אנו מקבלים את הכוח להמשיך ולהיאבק על זכויותינו, ולוודא שאין מקום לעבדות או לדיכוי בכל מקום שבו אנו חיים.

זהו גם זמן של התחדשות אישית ורוחנית. פסח מציע לנו אפשרות לשאול את עצמנו איך אנו יכולים לשחרר את עצמנו מהדפוסים הישנים המעכבים אותנו. זו תקופה מצוינת לחפש את הדרך להיחלץ מהמוכר, לנקות את ליבנו ולהתמקד בעתיד. חג הפסח הוא הזדמנות מצוינת לשוב ולהתחבר לערכים של חופש, כבוד הדדי ושוויון. נאחל לכולכם חג שמח, מלא במשמעות אישית וציבורית, ותזכרו לשמור על החירות והכבוד של כל אדם, בכל זמן ובכל מקום.

במעמד כתיבת שורות אלה, כולנו מייחלים ומתפללים לחירותם של אחינו ואחיותינו הנמצאים עדיין ברצועת עזה. החירות האמיתית שלנו כעם לא תהיה שלמה בלעדיהם, ועד לשובו של החטוף האחרון.

בברכת חג שמח,
צוות העיתון

עפרה גזית
מנהלת "עלי תמר"

גיא פישקין
עורך "עלי תמר"

פֶּסַח זְמַן חֵירוּתָנוּ

שאול טשרניחובסקי

חגֵי יִשְׂרָאֵל רִיחָנִים, חג חג וְרִיחוֹ שְׁלוֹ!
וּמִשְׁנֹכְנֵס אֶדְרָ לְמַחְצִיתוֹ הַשְּׁנִיָּה וּבֵת-קוֹל
יוֹצֵאת שׁוֹאֶלֶת וְחוֹזֶרֶת: מִי יִבְשֹׁר לְיִשְׂרָאֵל הַפֶּסַח
הַנֶּה מְמַשֵּׁשׁ וּבָא? - וּבֵת-קוֹל בְּמַרְוּמִים מְכַרְזֵת:
"יֵצְאוּ בְּנֵי-חוּרֵין וּיְבַשְׂרוּ לְעַם טְעוֹן חֲרוּת, כִּי פֶסַח
זְמַן חֲרוּתָנוּ הַגִּיעַ." - וְעַנְתָּה וְאָמַרְתָּ: הֲרִיחוֹת
אֲשֶׁר בְּעַרְבוֹת-הַהוֹד, שְׁאִין בִּלְתָּן בְּנוֹת-חוּרֵין בְּעוֹלָם!

מנהלת עיתון "עלי תמר": עפרה גזית
עריכת עיתון "עלי תמר": פישקין 054-7650578
עימוד, עיצוב ועריכה גרפית: רות מדמוני
תמונת השער: כריכת ספרה של אסתר
אפריאט מלול 'כספי שירה ומכחול'
מו"ל: המועצה האזורית תמר
הדפסה: רבגון דפוס ואריזות בע"מ
אתר המועצה: ma-tamar.org.il
לתגובות ולשליחת כתבות: ofra@ma-tamar.co.il
מוזמנים להצטרף אלינו: [f](#) [i](#) [i](#) 'מועצה אזורית תמר'

החופש האמיתי מתחיל בביטחון



בני בן שושן ורוני טל - מנהלי מחלקת הביטחון והפיקוח במועצה עם סקירה מיוחדת על ההיערכות הביטחונית במרחב. האיומים מהגזרה המזרחית, הפעולות הנעשות בשטח ועד לתכנונים לעתיד. לקרוא ולהתמלא בביטחון

עם האצבע על הדופק
אין זה סוד כי האיומים בגזרה המזרחית של מדינת ישראל הולכים ומתגברים, גזרה בה מצוי הגבול הארוך ביותר של מדינת ישראל עם ירדן, הכולל בתוכו גם את ישובי כיכר סדום הסמוכים ואזורים אסטרטגיים אחרים.

בשיחה עם ראשי מחלקת הביטחון והפיקוח במועצה - בני בן שושן (מנהל המחלקה) ורוני טל (סגן מנהל המחלקה) מציגים השניים את משנתם הביטחונית לאור המציאות הנוכחית. "מדינת ישראל חייבת לשנות תפיסה ומהר בכל הקשור להיערכות ביטחונית על גבול ירדן. אנו במועצה עושים את המיטב על מנת לצייד את כיתות הכוננות במיטב הציוד שניתן לתת. בנוסף, אנו פועלים באופן הדוק מול חטיבת יואב באוגמ"ר 80 ובחטיבה 417 צפונית על מנת לוודא קשר רציף של היישובים מול גורמי הצבא".

על רקע חג הפסח וחול המועד הצפוי כמדי שנה להביא עימו לאלפי מבקרים מרחבי הארץ שיגדשו את מתחם המלונות בעין בוקק וכן את הצימרים ואתרי התיירות שבסביבה, מיטיב לתאר "לקראת חול המועד פסח, אנו צפויים לקבל תגבורים לאזורנו של כוח יס"מ

וכן תגבור של סד"כ נוסף מצה"ל. כוחות אלו לצד הכוחות הקבועים האמונים על הסדר הציבורי במרחב, אמורים לתת את המענה לכל תרחיש", כך לדבריו.

משהו חדש מתחיל

חרף הכוננות הגבוהה והמשימות השוטפות, מחלקת הביטחון והפיקוח אינה קופאת על השמרים. בחודשים האחרונים מצויה המחלקה בתנופת עשייה, הכוללת שורה של הישגים אליהם מתייחס טל. "המחלקה עברה לאחרונה למשרדים באופן זמני בבית היוצר עד לסיום הקמתו של מרכז ההפעלה הרשותי שירכז את מחלקת הביטחון והפיקוח, משטרת ישראל ומד"א. זה המקום לעדכן - כל מי שצריך את שירותי המחלקה, מוזמן להגיע לבית היוצר ולקבל את השירות מנציגי המחלקה באופן פרונטלי. אנו עומדים לרשות הקהל גם באופן מקוון וטלפוני. בנוסף, אנו ממשיכים בהקמת חניונים ירוקים אוטומטיים על מנת להמעיט ברישום דוחות ולאפשר תשלום קל ומהיר בעבור החנייה, זאת תוך שמירה על הסדר בחניונים במתחם המלונות".

טל מוסיף: "אנו פועלים בימים אלה להקמת כיתת כוננות צה"לית אשר תורכב מעובדי מועצה ותיתן מענה נוסף בתחום הביטחון באזור נווה זוהר ומתחם המלונות. במקביל, אנו פועלים

לבניית תוכנית להתקנת מצלמות נוספות במרחב המועצה לטובת הגברת תחושת הביטחון ולמען שמירה על הסדר הציבורי. התוכנית נכתבת בהתייעצות עם גורמי משטרה וצה"ל על מנת להשיג את התוצאה המיטבית ממערך המצלמות, תוך פגיעה מינימלית בפרטיות האזרח. בתקופה זו אנו מסיימים גם עם סקרי הביטחון ביישובים, וכעת נשקלות הפעולות הנכונות והדחופות אותן ניתן וצריך לבצע על מנת להגביר את תחושת הביטחון ביישובים".

בגיליון זה הנסוב סביב ערך חג החירות, מציינים בן שושן וטל את החשיבות הגדולה הטמונה בעבודת צוות המחלקה. "לנו כעובדים בתחום הביטחון, לעולם אין חופש והתנתקות מוחלטת מהעבודה. כל יום וכל לילה, אנו מקבלים עדכונים שוטפים מגורמים במרחב על אירועים חריגים. חופש מבחינתנו הוא עצם הידיעה שכל הגורמים דרוכים, מצוידים והממשקים ביניהם עובדים כהלכה", הם מבהירים.

"הראשונים להגיע - הראשונים להגיב"

מחלקת הביטחון והפיקוח במועצה האזורית תמר במתכונתה הנוכחית מורכבת מקשת רחבה של עובדים מסורים בקריטריונים שונים, לרבות גיל, מגדר, מקום מגורים, עבר תעסוקתי, השכלה וכן שאיפות מקצועיות לעתיד.

בתוך כל המגוון הזה, נוצר לו גיבוש מעורר השראה, כזה אשר מועיל לתחושת השייכות למועצה, לצד אהבה למרחב בו אנו גרים ועובדים.

לראיה, פקחי המחלקה הוכיחו את ערכם ונאמנותם למועצה בתקופה האחרונה, לאור סיוע משמעותי ואחריות שלקחו על כתפיהם, הרבה מעבר לתחום עיסוקם הרגיל.

לדברי טל: "הפקחים נדרשים לשורה רחבה של משימות, החל ממתן מענה לאירועים חריגים במרחב המלונות (כדוגמת שריפות, קריסת מרפסת ועוד) ובין אם מדובר באירועי חירום הדורשים מענה מיידי, כמו בעת אירוע החדירה מגבול ירדן שהתרחש בחג הסוכות האחרון. משימות נוספות כוללות למשל סיוע בתוך המועצה למחלקות אחרות במעברי משרדים, עזרה למשטרה להתמודדות מיטיבה מול אירועי אלימות והפרעה לסדר הציבורי, שינוע ציוד ורכבים בין היישובים, ועוד".

בן שושן מוסיף: "מחלקת הביטחון והפיקוח במועצה הינה מחלקה ייחודית, כזו שלא ניתן להשוות אותה לשום מחלקה אחרת במועצה. מדובר בקבוצה מגובשת, חדרות מטרה ומקצועית בתחום עיסוקה. הפקחים מתמודדים עם מגוון רחב של אירועים, ולרוב הם גם הראשונים להגיע לזירת האירוע - בין אם מדובר באירוע ביטחוני, פלילי או כל דבר חריג אחר. הם הראשונים להגיע, הראשונים להגיב, הראשונים לדווח על האירוע ולתת את המידע המדויק ביותר, בכדי שגורמים אחרים כמו משטרה, צה"ל, כב"ה וגופים אחרים יוכלו להגיב נכון. זוהי הסיבה שהמחלקה עובדת מסביב לשעון, בצורה שמאפשרת מענה תמידי ללא 'זמן מת'".

בשאלה לאן מועדות פניה של מחלקת הביטחון והפיקוח במועצה, מציגים השניים חזון ברור הדוגל בתהליכי למידה, הפקת לקחים ויישום התובנות השונות כחלק אינטגרלי מהמשימות השוטפות.

"כמנהלים במחלקה, אנו כל הזמן שואפים ללמידה ולשיפור, ובמקביל בודקים טכנולוגיות חדשות אשר ישרו את תחושת הביטחון של התושבים והמבקרים במרחב המועצה. חשוב לציין כי המחלקה חרתה על דגלה מתן קשב מלא לפניות התושבים לגבי מה שמפריע להם, לעיתים גם משכניהם בקיבוץ או במושב".

עוד הוסיפו: "אנו מתחייבים לפעול במסגרת משפטית המותרת לנו, וללא משוא פנים מול כל מי שיפגע בתחושת הרווחה של התושבים והמבקרים במרחב המועצה. אנו גם פתוחים לביקורת, כל עוד מדובר בשיח מכבד והולם. בהזדמנות זו אנו מזמינים כל מי שיש לו הצעה בתחום הביטחון ובתחום הפיקוח להגיע ולהשמיע את קולו. בברכת חג שמח לכל המבקרים והתושבים. אנו מתפללים, כמו כל עם ישראל, לשובם של החטופים ובהצלחה לכל כוחות הביטחון".



הכר את הרבש"ץ: עידן זילברשטיין (נווה זוהר)

הוא מכיל מספר לוחמים האמונים על גזרת המלונות ועד מצדה, לטובת העלאת תחושת הביטחון וקיום פעילות מבצעית באזור. אני יכול לספר שיש הגדלת סד"כ משמעותית כחלק ממגמה זו.

תפיסה ביטחונית: "גבול ירדן, על אף היותו גבול שלום, הינו גבול מתעתע ולא שקט. רוב ההברחות לשטח מדינת ישראל, לרבות אמל"ח, מהגרי עבודה וסמים מתבצעות דרכו. מציאות דורשת מתן מענים איכותיים והשקעת מירב המשאבים".

אביב הגיע, פסח בא: "מרחב ים המלח ידוע כאזור אליו מגיעים הרבה מאוד תיירים ומבקרים במהלך תקופת חול המועד פסח. המים כבר נעימים ואפילו חמימים. נאחל חג אביב שמח לכלל המבקרים, שנצליח להחזיר את חטופינו בכל דרך אפשרית, וכמובן הרבה הצלחה לחיילי צה"ל וכוחות הביטחון בכל הגזרות".

קצת עליו: בן 52, נשוי ואב ל-3 בנות. במקור מערד. תושב נאות הכיכר משנת 1994.

"מר ביטחון": "אני בתפקיד משנת 2014. בזמנו התפנתה משרת רבש"ץ בנווה זוהר, שלא הייתה מאוישת במשך מספר שנים. התמודדתי למכרז ומאז אני כאן, אחראי על הביטחון הישוב והמרחב כולו, בין היתר, על תיאום בין כוחות צה"ל לאזרחים, בין אם בתרגילים או באירועי אמת. אני מופקד גם על תקינות המקלטים באזור, וכל מרכיב אחר שקשור לביטחון - החל ממבצעי בידוק הפועלים, קיום הערכות מצב עם גורמי הצבא והמשטרה ועוד".

"חרבות ברזל": "התמודדנו עם לא מעט אירועים מאז פרץ המלחמה. אנחנו פועלים בשיתוף פעולה הדוק עם גדוד הגמ"ר של חטיבת יואב באוגדה 80. צה"ל בשיתוף המועצה אף בנה מוצב קטן בתוך נווה זוהר, בזכות ההבנה והצורך המבצעי.



לרוץ אל עבר החופש

בנוסף, מפעל ההנצחה לזכרם של תומר וגיורא הון, בני קיבוץ עין גדי, נשמר גם השנה עם הקדשת מקצה חצי המרתון לזכרם.

אור לגויים

השנה זכינו לארח במסגרת המרתון קבוצה של עיתונאים ומובילי דעת קהל מרחבי אירופה, לרבות מאיטליה, צרפת, גרמניה, רוסיה, אנגליה ושווייץ. אלו השתתפו במקצים השונים, סקרו את המרתון ואת הביקור בישראל במדיות השונות.

במהלך הביקור נערך סיור ייעודי בהובלת אגף התיירות במועצה האזורית תמר, לכבוד קבוצת עיתונאים ומובילי דעת הקהל, שכלל בין היתר, השתתפות בסוללות הריצה עם מנהל המרתון אופיר קינדלר, ביקור במצדה, שיט בקיאקים על ים המלח ועוד. המטרה: חשיפת הצד היפה של מרחב ים המלח כקרן אור של אופטימיות ותקווה.

נתראה בשנה הבאה

לעטות נעלי ספורט ופשוט לצאת לריצה משחררת, ייחודית ומאתגרת על רקע נוף עוצר נשימה.

על קו הזינוק

המהדורה השישית של מרתון ארץ ים המלח עמדה בסימן של חוסן וצמיחה, עם מספר שיא של כ-8000 נרשמים, מתוכם כ-200 רצים מחו"ל מ-40 מדינות שונות, בחגיגה ספורטיבית במקום הנמוך בעולם, תחת כנפי המועצה האזורית תמר והשותפים הרבים שתרמו להצלחת המרתון.

הרצים והרצות לקחו חלק השנה ב-6 מסלולי ריצה סך הכל לכל הרמות. החל ממסלולים עממיים למשפחות לטווחים של 5 קילומטרים, וכלה ב-10, 15 וכן חצי מרתון (21), מרתון (42.2) ואולטרה-מרתון למרחק של לא פחות מ-50 קילומטרים.

בנוסף, גם השנה הוכיחו הרצים את כמיהתם לריצה על רקע הנוף הקסום והשקט של ים המלח, כשהם מפגינים מצב רוח מרומם ושחרור גופני ונפשי כאחד.

למעלה מ-8000 משתתפים לקחו חלק במרתון ארץ ים המלח השישי - אירוע הריצה שהפך למסורת על גבי סוללת המלח מרהיבה ביופיה. במוקד: 6 מסלולים במרחקים שונים, בשילוב ריצה ייחודית ומאתגרת במקום הנמוך בעולם

שעת בוקר מוקדמת בחודש פברואר האחרון. הזריחה אמנם רק הפציעה במרחב ים המלח, אבל זה ממש לא מה שעצר למעלה מ-8000 משתתפים חדורי מטרה לקחת חלק במרתון ארץ ים המלח המסורתי זוהי השנה השישית, מאירועי הריצה הגדולים והחשובים בישראל.

המרתון שצמח מתוך יסודותיו של מרוץ עין גדי הוותיק, אשר אירח במשך מעלה מ-30 שנה רבבות רצים והיווה נקודת עוגן בלוח המרוצים השנתי של חובבים ומקצועיים מכל הארץ, מגלם בדמותו חופש במלוא מובן המילה. אפשרות יוצאת דופן לקחת נשימה עמוקה ואתנחתא מהשגרה השוחקת,



רזפן: אורן אלון | סטילס: ספורט פוטוגרפי

חוויות מהפסטיבל

קארין להב (עין גדי)



קצת עליה: מורה ליוגה, תושבת עין גדי.

מעשיי בפסטיבל: "העברתי במסגרת הפסטיבל שיעור יוגה על הבמה תחת כיפת השמיים. הייתה חוויה מאוד מיוחדת."

אני מאמין: "יוגה היא חופש במלוא מובן המילה - אפשרות לשחרר את עצמך מכל מיני התניות ורגשות שצפים להם. רגע להשתחרר מעצמך. למצוא את השקט והשלווה פנימה. גוף האדם והנפש מחוברים להם יחדיו. זוהי ישות אחת, כשיש הרבה מתחים הם נמצאים בתוך הגוף שלך וכלואים שם. אם זה בגב התחתון, בכתפיים או בראש. כשמבצעים תרגול יוגה, משחררים את הכעסים, העצבים והלחצים הגופניים. אוטומטית זה משחרר גם את הגוף."

חופש בעיניי: "אני רואה יוגה כחיבור, בכל מקום ובכל זמן. זהו החופש האמיתי. לא משנה אם אתה במדבר, בהרים או בעיר. אני את המסע האישי שלי התחלתי דווקא בעיר אולי הכי אינטנסיבית בעולם, ניו יורק. בכלל, כשיוצאים משיעור יוגה, יוצאים עם תודעה הרבה יותר נקייה, שלווה ונעימה. תחושה של שחרור וחופש שקשה לתאר במילים."

תראו
הפסטיבל הבא...

רק ברמה הפיזית, אלא גם ברמה הרגשית, הרוחנית והנפשית. כל אדם נושא בתוכו עולם שלם של רגשות, חוויות ותחושות. חירות פנימית בעיניי אינה רק חופש מעכבות חיצוניות, אלא הכרה בזכותו של כל אחד מאיתנו להיות מי שאנחנו באמת, ולהביע את חוכמת הלב שלנו באופן אותנטי. המרחב המדברי, עם השקט והפשטות שבו, הוא מקור השראה בעבודתי, כיוון שהוא מזמין את האדם להתמקד בהווה, להרגיש את החופש הפנימי ולהתחבר לחוכמת הלב ולנשמה, שמובילה אותנו בדרכנו."

רויה עמנואל נאור (נאות הכיכר)



קצת עליה: פסיכותרפיסטית בהבעה ויצירה כבר 20 שנים, מתמחה בתנועה ומחול, עם דגש על חופש פנימי כאמצעי לריפוי. מתגוררת במושב נאות הכיכר מזה 6 שנים, בעלת מרחב לריפוי ונופש בנאות הכיכר כולל צימרים. לדבריה: "כאן מצאתי את שורשי ואהבתי הרבה למרחב המדברי. העבודה שלי נוגעת בגוף בנפש ובנשמה. היא מבוססת על שילוב של טיפול בתנועה, יצירה ופסיכותרפיה, המזמינים את האדם להתחבר מחדש לעצמו ולחיים מתוך חופש אמיתי - חירות פנימית שמובילה כל אחד מאיתנו לחוכמת הלב האישית."

מעשיי בפסטיבל: "בפסטיבל השתתפתי בהנחיית נביעה בתנועה מבוססת פלדנקרייז. במהלך הפסטיבל, הרגשתי איך האקלים הייחודי של ים המלח הפלאי והמרחב המדברי הפתוח והרחב מסייעים לאנשים לשחרר ולחוות את עצמם מחדש. העבודה שלי מתמקדת ביכולת של הגוף, הנפש, הרוח והנשמה להזרים אנרגיה מחודשת וחיבור לחירות פנימית, כזו שמאפשרת לכל אדם לשחרר את הקולות והתבניות המכבידים ולהתחבר לחוכמת הלב הפנימית, שנמצאת שם תמיד."

אני מאמין: "התנועה היא כלי עוצמתי לחיבור פנימי ולריפוי, לא

צילום: מקס רסין



גוף ונפש - אחד הם



פסטיבל הוולנס הראשון, אירוע חדש ונוסף מתיירות מועצה אזורית תמר, התקיים בחודש פברואר עם שורה של פעילויות שחברו בהרמוניה מופלאה בין המימד הפיזי והרוחני כאחד. אנחנו כבר לא יכולים לחכות לשנה הבאה!

פסטיבל RECHARGE - פסטיבל הוולנס התקיים בסוף חודש פברואר במתחם המלונות - טיילת עין בוקק, והתווסף להיצע האירועים הקיימים בתמר, המייצרים עוגן שיווקי להגעת עשרות אלפי אורחים ומבקרים שנהנים מן היזמות המקומית אצלנו.

היה זה פסטיבל מיוחד במינו אשר טמן בחובו מגוון רחב של פעילויות גוף ונפש, כגון שיעורי יוגה ופילאטיס, סדנת הילינג, אקריווגה, מדיטציה, צ'יקונג וריפוי בתנועה, לצד דוכני בריאות ואווירת חופש רגועה ומהנה. בנוסף, הציגו מלונות ים המלח תכני קונספט שיעשירו את חווית האורחים.

משתתפים שונים מישובי המועצה וכן מבקרי חוץ לקחו חלק פעיל בפעילויות הפסטיבל המרתקים שסיפקו מסע אישי מיוחד אל נבכי הגוף והנפש.

בלטה בנוכחותה: כוהנת הכושר והוולנס, אירה דולפין, שהגיעה על מנת להעביר מגוון אימונים, שיעורים ותכנים בנושאי כושר ואורח חיים בריא - והכל ללא עלות!



צילום: דודי מוסקוביץ



מלון עין גדי החופש לבחור

משהו חדש מתחיל

בימים אלו תאגיד התיירות בשיתוף קיבוץ עין גדי והנהלת המלון, מקדמים הקמת מתחם לאירוח עבור פוסט טראומטיים על מנת לתת מענה לאוכלוסיות שנפגעו במהלך הלחימה. יהיה זה מתקן מלונאי ראשון מסוגו שיוקם בעין גדי, מתקן מוביל ברמה עולמית. הוא יושתת על טיפול ומחקר של שיקום פצועי ופצועות מלחמות הסובלים מפוסט טראומה, כחלק מגיבוש מודל וולנס ייחודי המשלב אתהמתודה והפורמולה הטיפולית ייחודית - מולטי דיספלינות רפואיות והוליסטיות, לצד המומחיות שנצברה במהלך השנים בהפעלת מתקן מלונאי מוביל.

רז מסכמת: "למלון עין גדי ולחברי הקיבוץ, הידע וניסיון של שנים באירוח אוכלוסיות הזקוקות לריפוי בהישגות רבה. הקהילה מאמינה בגישה מקיפה לריפוי, לפסק זמן הפונה לנפש, לגוף ולרוח. טיפול משולב ביצירת אנרגיה, החיים המיטביים של הגוף לטובת הטענה מחדש".

לאכול במלון, לחוות אוירה אחרת שכולה לייף סטייל, וליהנות מקולינריה משובחת עם טוויסט מקומי. אנחנו מגלים עוד ועוד אנשים שהתאווה לאוכל איכותי נמצאת במקום גבוה בסדר העדיפויות שלהם. מקבלים על כך תשבוחות, על השילוב ונגיעה מקומית וייחודית. מבחינתנו, זוהי רק ההתחלה".

רז מציינת כי המלון פועל ביתר שאת כחלק מקו המחשבה הדוגל בחופש לחקר ולהיטיב את אורחות החיים של השוהים בו. "אנחנו רואים שאורחים היום מחפשים משהו עמוק הרבה יותר", מסבירה רז. "הם סקרנים, רוצים חופש לחקור ולהטיב עם אורכות החיים, לשלב טיפולים סינרגטיים הוליסטיים המבוססים על גוף, תנועה, רוח, נפש ותזונה בוולנס-ספא יוצא הדופן שלנו 'סינרגיה'. חופשה המבוססת על תרבויות עבר ומחקרים עכשוויים לטובת אריכות ימים ורווחה הנדרשת לכולנו. עין גדי בהקשר הזה הוא ללא ספק הצוהר לנתיבי העולם חדש".

לסיכום, מדגישה רז כי "החיבור שלנו בעידן שאנו חיים בו ייקח אותנו בעשר השנים הבאות לתהליכי ריפוי ושיקום. הצורך בהובלת האורחים לתובנות לצרכים ולשירותים, בהתנהלות השוטפת ולחישוב מסלול מחדש של אסטרטגיה וזהות ארגונית המשלבת קשב, ריפוי, חוסן, רווחה ונתינה. כל אלו הינם מרכיבים חשובים לטובת חיזוק המערכת הכוללת והלאומית בה אנו מתקיימים, עין גדי הוא המרחב האולטימטיבי לכך".

מדויק ומהוקצע, עד לרמת הפרטים הקטנים ביותר. השקנו גם תפריט קוקטיילים ייחודי בשיתוף יקב פינטו מירחם, ומזקקת וויסקי ששימשה אותנו כדי להמציא מחדש עוגת ויסקי מתמרים וכוסמין, אותה אנו מגישים עם כף שמנת חמוצה ושוט וויסקי. טעם מושלם, באחריות. כל אלו מתחברים עם הרבה מאוד סיפורים אישיים ומקומיים, ועם חברי הקיבוץ שהיו חלק בלתי נפרד מקבוצות טעימה שלקחו חלק בשינוי הקולינרי".

לדברי רז: "אוכל מבחינתנו הוא דרך חיים. זה מתחבר לראייה במלון 'כמגרש משחקים' מדהים אותנו זכינו לנהל מתפקידנו לדעת כיצד להנגיש אותו בצורה נכונה לאורחים, ולהכניס את המרחב וקיבוץ עין גדי לתוך התפריט, פשוטו כמשמעו".

בשאלה לאן מועדות פניו של המלון בעתיד מוסיפה רז: "המשימה שלנו היא להנכיח את העובדה שחופשה בעין גדי היא לא עוד חופשה - היא החופש לבחור מה שבא לך. יש משהו בבסיס של המקום הזה שמאפשר לאורחים שלנו לחוש בתדר אחר. אפשרות להיות מי שאתה באמת, מתוך מקום טבעי שאינו מתאמץ. האוכל טבוע בתוך התפיסה הזו, מתוך רצון לייצר אוכל שיש בו סגולות בריאותיות טבעיות, שיאפשרו לאורחים שלנו להטעין את עצמם באנרגיות וכוחות מחודשים".

אנו שואפים להמשיך להפתיע. מעבר לאורחים שמגיעים השנה, המטרה היא להביא את כל הקהילה שגרה בקיבוץ ובמרחב המועצה האזורית תמר כולו

הגדל במדבר, מזון שהוא בגדר 'סופר פוד', עם ערכים תזונתיים טובים וזוהי שניתן למצוא את האיכויות שלו בתוך מנעד רחב של מאכלים. דווקא בגלל תנאי מזג האוויר הקיצוניים שיש אצלנו במרחב, ההיאבקות עבור כל פרי או ירק שגדל כאן, עבורנו זוהי זכות גדולה וגאוה ענקית להשתמש בהם כחלק אינטגרלי מהתפריט שלנו ולחלוק אותו עם אורחינו".

"עין גדי - הצוהר לנתיבי העולם החדש"

אז מה כוללת המהפכה הקולינרית במלון עין גדי? לצד השימוש בחומרי גלם מקומיים הגדלים באזור, מקפידים במלון להשתמש בשיטות בישול ייעודיות המתמזגות עם חתירה לתזונה נכונה ואורח חיים בריא הכל אפוי או מאודה, שימוש מוקפד בתבלינים טריים ויישום מעין הומאז' למזון אותו צרכו חברי הקיבוץ בשנותיו הראשונות כגון ריזוטו פתיתים ו" נקניק שוקולד" הנחשב ל-'פתי בר של פעם'.

רז מסבירה: "האזור שלנו הוא ייחודי בהרבה מאוד מובנים. למשל, כשהיו כאן שטפונות לאורך השנים ולא הגיעה אספקה במשך ימים ארוכים, התושבים נדרשו להשתמש בחומרי הגלם שהיו להם כדי להתקיים. אנחנו ניסינו לקחת את הקונספט הזה ולהעצים אותו. כך למשל אנו אופים בעצמנו לחם אותו אנחנו מכנים 'לחמניות שיטפון', בדיוק כפי שהחברים בקיבוץ היו אופים בזמנו. דוגמה נוספת אלו קציצות ערוק מיוחדות המורכבות מתפוחי אדמה הגדלים באזור עם הרבה ירק ועשבי תיבול. כל מנה שכזו עוברת תהליך

קולינרית מדברית שופעת ועשירה בטעמים, המספרת את ההיסטוריה והסיפור המקומי של קיבוץ עין גדי בפרט ואזור ים המלח בכלל. חוויה של חופש עם הרבה תשוקה ואהבה, היוצרת שיח וחיבור מסביב לשולחן", מכריזה רווי רז, מנכ"לית תאגיד התיירות ומלון עין גדי שנכנסה לתפקיד לפני כשנה, כשהיא רואה באספקט הקולינרי כאחד מהמפתחות החשובים לבסס את מעמדו של המלון בשורה אחת עם המלונות המובילים בישראל.

"כחלק מתהליך חשיבה עמוק שקיימנו ודיוק הצרכים, החלטנו כי לצד תחומים אחרים בהם הובלנו שינוי, גם מערך המזון והקולינריה זקוק לריענון משמעותי. חשוב לומר כי מלון עין גדי בהיבט הקולינרי הוא אינו עוד מלון שגרת, אלא שם לעצמו מטרה להביא איתו קונספט קהילתי של טעמים אותנטיים אזוריים לצד הנוף המדברי".

אני שמחה לספר שאחרי מחקר מקיף שערכנו בשיתוף עם שף המלון, פלורין דביקה שימשון, שכלל בתוכו חקר היסטוריית התרבויות האזוריות שחיו ונדדו, כל זאת לצד שמירה על ה-DNA האותנטי להתהוותו של הקיבוץ והתפתחותו מהיאחזות ליישוב מוביל ברמה אזורית אנו גאים להציג תפריט חדש ומשודרג, תפריט נוודים המוביל את האורחים שלנו למסע אזורי מרתק של טעמים.

לדברי השף פלורין: "הדגש היה לתת מקום לחומרי הגלם והייצור מקומי המתרחש כאן בקיבוץ או בסביבה. החל ממטעי תמרים או אבוקדו, ושימוש במזון

טעמים אותנטיים המחברים בין המרחב הייחודי, הקיבוץ בו אנו חיים להיסטוריה עשירה של תרבויות וסיפורים, שיטות בישול, חומרי גלם איכותיים והכל כחלק מחוויה הוליסטית המעוררת את כל החושים. מלון עין גדי מציג מהפכה קולינרית מופלאה

אוכל טוב היה ונותר כאחת מתאוות החיים הגדולות ביותר. סעודות יש בהן בכדי לחבר בין אנשים, לגשר על פערים, לנחם אותנו כשאנו עצובים או מדוכדכים, לחבר אותנו אל הטבע והאדמה, ואף לרפא אותנו כחלק מחיבור בלתי אמצעי בין גוף לנפש.

הרשו לנו לנצל את השורות הבאות על מנת להרחיב בפניכם את היריעה ביחס לתאווה לאכול, המהווה לדעת רבים מרגוע לבטן, וכאלמנט המגדיר שחרור לגוף ולנפש.

את אותו קשר עמוק לאוכל על רבדיו השונים ביקש מלון עין גדי להעמיק יתר על המידה בחודשים האחרונים, זאת כחלק ממהפכה קולינרית רחבת היקף המתבצעת בין כתליו, כזו שנועדה ליצור חוויה הוליסטית ומעוררת חושים, אשר מסוגלת לקלוע למגוון רחב של טעמים, תוך חיבור אותנטי לאזורנו הייחודי.

מדובר על תהליך מעמיק, מחקר המתבצע במלון ומתכתב עם מגמת חדשנות ויצירת קונספט חדשני החותרים להתאים את האירוח להרגלי הצריכה של הצרכנים.

"שמחנו לפתוח את שנת 2025 עם חוויה



13-19.04

מסלול חדש - אתגר מצדה (גן לאומי מצדה)



13-19.04

סיור במרכז מבקרים ע"ש נובומייסקי + טיול לפינות נסתרות בכיכר סדום



10-20.04

8:00-17:00
פארק נחל אמציהו פתוח למבקרים



₪40

14-17.04

טיול שקיעה במישור עמיעז



₪30

14,17.04

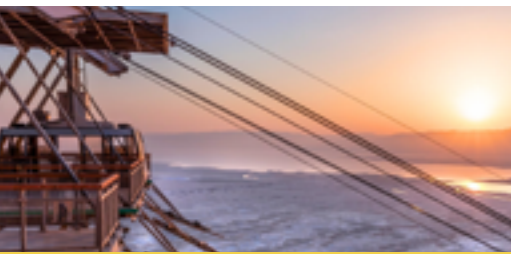
גששות בנחל זוהר



₪40

14.04

טיול מודרך בנחל רום ויזרח



14-17.04

זריחה לכו-לם - רכבל שעובד בזריחה (גן לאומי מצדה)



₪40

14-16.04

טיול קסום לאור ירח בחווארי מצדה



14-17,19.04

סיור במרכז מבקרים ע"ש נובומייסקי וסיור לאגם מלחת סדום בדגש צפרות



₪40

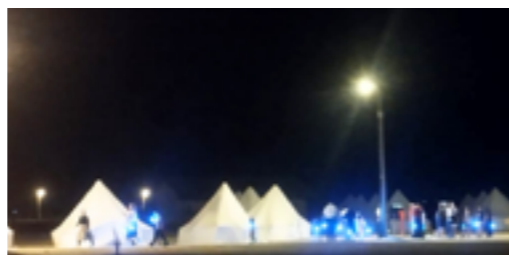
15-16.04

טיול בסדום ים המלח



14-17.04

מופע לילי - חיזיון אוד וקול (גן לאומי מצדה מערב - בבניש ערד 3199)



14-17.04

סיור במרכז מבקרים ע"ש נובומייסקי + סיור עששיות בחשבה



להזמנות ופרטים נוספים
WWW.DEADSEA.CO.IL



₪30

17-18.04

סיור חקלאי בלב המדבר (יציאה מפארק נחל אמציהו)



₪30

17.04

טיול מודרך בנחל צאלים



פעם חקלאית תמיד חקלאית

משק משלה, אם כי לדבריה היא עדיין לא יודעת מה ברצונה לגדל בשטחים שיוקצו לה.

עד שזה יקרה היא מבקשת להבהיר קבל ועם ועדה את חשיבות החקלאות באזורנו. "חקלאות בעיני ומאז ומתמיד היא אחד התחומים החשובים ביותר, שהינם קריטיים למען עתידנו. חקלאות משגשגת מהווה ערובה לביטחון התזונתי של מדינת ישראל, במיוחד במציאות הביטחונית המתגברת שאנחנו חיים בתוכה, שמחייבת אותנו לעשות את הכל כדי להיות תלויים אך ורק בעצמנו. המשמעות היא לתמוך ולעודד חקלאות כחול-לבן, בדגש על כמה שיותר צעירים שייכנסו לענף ויחזקו אותו. זה לא סוד שרוב החקלאים במרחב משתייכים לדור הוותיק. לאור כל מה שהזכרתי, אין מנוס מדם צעיר שיצטרף לענף ויעניק לו אופק מחודש. אולי לא הרבה יודעים, אבל אזור ים המלח והערבה אחראים בתקופות מסוימות על גידולים רבים המאכילים מיליוני פיות, כולל ירקות, פירות ותוצרת חקלאית נוספת. חיזוק החקלאות משמעה הענקת חופש וביטחון מזון, שהוא תנאי הכרחי לעתידה של המדינה לשנים ארוכות".

נופית מצידה כבר ניצבת עם הפנים קדימה, ומנצלת את הבמה על מנת לשלוח איחולים משלה לתושבי תמר ולמרחב כולו. "אני מייחלת לצמיחה דמוגרפית באזור שרק תמשיך ותשגשג. כחקלאית ומי שמחוברת לענף הזה, אני רק יכולה לקוות שייכנס דור צעיר שיוכל להעניק לו אופק לשנים קדימה. ברמה הלאומית, אני מאחלת לנו עתיד טוב וורוד יותר. שחטופינו יחזרו, כולם כולל כולם, ושכולנו נחזור לשפיות. חג שמח".

גם אצלי באיזשהו מקום את התפיסה ואת ההבנה של סדרי העדיפויות בחיים. כך התבשלה אצלנו ההחלטה להגיע למושב. זה קרה די מהר, במיוחד אחרי שהבנו שיש קליטה בעין תמר, חברים נוספים שלנו שהחליטו גם הם להתבסס במושב, וכן משרה שהתפתחה והתאימה לי, כחוקרת בתחום הירקות במסגרת מו"פ ערבה תיכונה בחצבה 'וצפונות תמר', הלא היא התחנה הניסיונית הממוקמת אצלנו במושב".

לשאלה לגבי מהות עבודתה השוטפת משיבה נופית: "אני עורכת מחקרים שמטרתם הסופית היא למצוא פתרונות לחקלאים ולעזור להם בתהליך גידול הירקות. אנחנו מאתרים יחד בעיות העולות מן השטח, ומחפשים אחר דרכים לשפר את אופן ההתנהלות והעבודה שלהם ביום-יום. לאחרונה למשל יצא לי לעסוק במבחני זנים שונים של תצורות גידול ייחודיות לאקלים הערבה. אחד מהם היה לגבי סוגי אבטיחים שיתאימו לגידול במרחב בערבה בתקופת החורף".

נופית מוסיפה: "כל המטרה של המחקרים הללו היא לסייע לחקלאי האזור שנמצאים במרחב. מדובר על מחקרים מאוד ספציפיים המתקשרים לתנאי האקלים כאן, שהם בהגדרה קיצוניים למדי. בסוף, כל העבודה שלנו נועדה לפעול למען תושבי האזור. יש בכך סיפוק רב, שהמחקר לא נעשה רק לשם המחקר, אלא הוא מגיע עם מטרה יישומית. הכל למען הרווחה של החקלאים, התושבים והאנשים שחיים ומתפרנסים כאן במרחב".

"חקלאות משגשגת - ערבה לביטחון התזונתי של מדינת ישראל"

נופית נמצאת כאמור בימים אלה בתהליכים ראשוניים לקראת קבלת

נופית וקנין, בת חוזרת לעין תמר, מכניסה בימים אלה דם חדש וכוח נשי לחקלאות המקומית. בטרם תקבל משק משלה במושב, היא אמונה על עבודה מרתקת במו"פ ערבה תיכונה וצפונית תמר. סיפורה של חקלאית צעירה החותרת לחופש על טהרת עבודת האדמה

יש שיעידו כי החופש האמיתי טמון באדמה הפתוחה ובמרחבים האינסופיים. בהקשר לאזורנו, הרי שביטוי לאותו חופש מקורו בחקלאות המהווה אבן יסוד וביטוי ניצח לציונות, לאהבת הארץ ולתקומה גשמית ורוחנית כאחד.

זכות גדולה עבורנו להציג בפניכם את מי שמתיימרת לשמש כדור חדש לחקלאות המקומית. הכירו את נופית וקנין (34), בת חוזרת בעין תמר, ובתם של אתי וראובן וקנין, ממיסדי המושב. נופית משמשת כחוקרת במו"פ ערבה תיכונה וצפונית תמר, לצד היערכות לקראת קבלת שטחים בעתיד הנראה לעין והקמת משק משלה.

נופית, הנשואה לליאור (וטרינר המקיים ביקורי בית בישובי המועצה) ואמא לנווה בת השנה, שבה לעין תמר לפני כשנה וחצי בלבד, זאת לאחר שהתגוררה לפני כן במושב גפן הסמוך לגדרה. בנוסף, היא בוגרת לימודי תואר ראשון ושני במדעי הצמח וביו-טכנולוגיה במסגרת הפקולטה לחקלאות לרחובות, תחום בו קשרה את גורלה כבר מגיל צעיר.

לדבריה: "בעקבות הלימודים חיפשתי את עצמי מבחינה תעסוקתית, במטרה למצוא את הדרך שלי בענף החקלאות. במקביל, הייתי בהריון וחיפשתי להיות קרובה להורים. אוסיף לכך את אירועי השביעי באוקטובר, שכמו כולם שינו

המידע התקשורתי ולהתמסר לבסיס, לדברים הפשוטים, לעצמנו. זוהי בעיני הדרך לגילוי עצמי, לריפוי וחיבור לדברים החשובים באמת."

נדבך נוסף המתכתב עם התפיסה הרוחנית של נועה, כלל לאחרונה הקמה של מרחב שקט שנחנך בימים אלה ממש במרחב מצדה. מדובר במתחם ייעודי המאפשר שהייה בטבע, תוך הזמנה להתבוננות עצמית. "יצרנו פלטה גדולה של כ-75 מטרים, בה ניתן לתרגל מדיטציה או יוגה, תחת כיפת השמיים ובאינטגרציה מדהימה עם הטבע והמדבר הפרוסי מסביבנו. התכנון הוא להקים מספר מרחבים שכולו במקומות שונים במסגרת רשות הטבע והגנים."

ריסטרט לנפש

אחד מסימני ההיכר הבולטים של נועה מקורו כאמור ביוגה, אשר מהווה מבחינתה דרך חיים. "מגיל צעיר הבנתי שתנועה עבורי היא אקוטית. היוגה מאפשרת שילוב נדיר של תנועה, נשימה והתבוננות. שהייה בתנוחות דורשת יציבות ונינוחות, ממש כמו בחיים. מבחינתי ריפוי מגיע בדיוק משם. כשאני יכולה להעניק את המתנה הזו לאחרותים, זו זכות עבורי."

בחדש נובמבר האחרון השיקה נועה ריטריט ראשון מסוגו באזורנו. במוקד: חיבור בין שלושה אלמנטים הקיימים בטבע - אדמה, מים ואש, אליהם יצקה תכנית עשירה בשילוב תנועה, יוגה, ריקוד ומושגים תיאורטיים מעולמות הבודהיזם.

"אדמה מביאה עימה יציבות ועומק, מים מסמלים אלמנט של זרימה ויכולת לעבור כל מכשול, וכך בהקבלה גם אלינו בני האדם. האש נועדה לחמם או לשרוף כדי לברוא דברים מחדש. כל העומק והעוצמות הללו השתלבו לתוך ריטריט מיוחד שהתקיים ב"בדולינה" בקיבוץ עין גדי, בשיתוף כוחות מקומיים ואנשים טובים. אני מקווה להמשיך בריטריטים הללו, בעיקר לאור העובדה שהם מספקים מעין ריסטרט ובוסט של אנרגיות לנפש האדם."

בתוך קלחת הרגשות והמציאות המורכבת שעוברת על כולנו, מוסיפה נועה לשרוף אור על תחושותיה. "ההמלצה שלי היא - צאו לטבע ונישמו. זו אמנם נראית משימה פשוטה, אך היא בכלל לא טריוויאלית. נפלה בחלקנו הזכות, לאור היותנו גרים במרחב מיוחד במינו, לעשות זאת במרחק הליכה מן הבית. אני קוראת לכולנו לנצל את הזכות הזו."



נשטבע ונפש מתחברים

היא מביאה מהשקפת עולמה האישית, המשלבת בין השפעות המיינדפולנס והטבע על נפש האדם.

"ניהול זה גם יכולת להתבונן במרחב גדול של נתונים, אינטרסים ושקולים ולקבל החלטות. להתבונן ולהקשיב זו מיומנות שאפשר לפתח. כך מיינדפולנס יכולת לשאוב השראה מהטבע, משתלבים אצלי גם בעבודה הניהולית", היא מספרת.

"הדרך אל האושר מתחילה בנו"

נועה מגדירה את עצמה כמי שהולכת כברת דרך כחלק ממסע טיפולי-רוחני ארוך שנים. חלק מרכזי ממסע זה מקורו במושג "טבע-תרפיה" עליו היא מרחיבה ביתר שאת, ככזה אשר מנחה אותה בשנים האחרונות. "מדובר במושג רחב שמתבסס על מערכת יחסי הגומלין שבין האדם לטבע."

"כשאנחנו יוצאים לטבע, משהו קורה לגוף ולנפש שלנו. זוהי תחושה אינדיבידואלית והיא שונה אצל כל אחת ואחד מאיתנו, אבל מה שבטוח הוא שלטבע ולעוצמות שלו אי אפשר להישאר אדישים. זה תקף עוד יותר בתוך הטבע המדברי שאנו חיים בתוכו. אין ספק שיש במרחב שלנו אלמנטים ייחודיים ונקיים יותר. כמות הצמחייה דלה יחסית, וכך גם הצבעים. ברמה האישית, אני סופגת המון מהמרחב הזה. יש בו בעיני אלמנט גדול של חופש בהיעדר הסחות דעות ואפשרות להתבוננות עצמית עמוקה. שהייה במרחב הזה, ככל שהיא אורכת זמן רב יותר, יש בה בכדי לתרום לנו באופן מהותי. היא מאפשרת לנו לנשום, להיות עסוקים בכאן ועכשיו - בנוף ובמראות הטבעיים, ופחות בעומס חזותי ובלחצים שתוקפים אותנו מכל עבר. מגע ישיר עם הטבע זו הזדמנות מדהימה בעיני להקדיש תשומת לב לדברים בסיסיים ופשוטים. היא מאפשרת להפחית מעומס

וועה גורדון, תושבת נאות הכיכר ומנהלת מרחב מצדה ברט"ג, מגלמת בדמותה ניסיון לאיזון בין עבודה מאומצת בתחום ניהול מאתגר, לרצון בהנגשת הטבע כמרחב ריפוי. במוקד: מרחבי שקט, תרגול יוגה במדבר הפתוח וריטריטים המחברים אותנו חזרה לבסיס

בינינו, מתי בפעם האחרונה יצא לכם לקחת פסק זמן אמיתי? רגע של חיבור עמוק אל מי שאתם, התנתקות מהעומס והלחצים הרגילים, תוך התבוננות פנימה אל נבכי הנפש.

מי שמנסה ליישם גישה זו כחלק בלתי נפרד מתפיסת עולמה היא נועה גורדון, תושבת נאות הכיכר מזה שני עשורים, אשר משתפת על רקע עונת האביב המתקרבת, מהו חופש אמיתי עבורה.

נפתח ברקע קצר. נועה, ירושלמית מלידה, ומי שהספיקה להשלים בצעירותה גיחה קצרה גם לחיים בתל-אביב, מספרת כי די מהר הבינה כי מגורים בסביבה אורבנית אינם 'כוס התה' עבורה, שכן היא זקוקה למרחבים כחלק מחופש אמיתי לגוף ולנשמה. בצעירותה נדדה בשלב ראשון לצפון, אולם כעבור זמן קצר יחסית, ולאור העובדה כי תומר, בן זוגה, הוא דור שני בנאות הכיכר, החליטו השניים להעתיק את חייהם למושב.

בימים אלה ממש הם מציינים שני עשורים במושב, בהם הספיקו להביא שלושה ילדים. בהכשרתה נועה סיימה תואר ראשון בפסיכולוגיה וניהול ותואר שני בניהול. במקביל, העמיקה ביוגה מגיל צעיר והוכשרה כמדריכה בכירה ליוגה. כיום היא נמצאת בעיצומם של לימודי "פסיכותרפיה מבוססת חוויה" - בודהיזם ומיינדפולנס, לצד עבודתה כמנהלת מרחב מצדה ברשות הטבע והגנים. לתפקיד זה היא מספרת כיצד

חג החירות: "ראש השנה 2025 חלים בעונות מעבר, בסתיו ובאוויר, במהלכם מתרחשת מעל ראשו באזור תופעת טבע מרהיבה הכוללת את נדידת הציפורים לאורך אלפי קילומטרים במבנה ייחודי השומר עלהן במסען. בהתבוננות אליגורית וכדרך המטאפורה הרי שאנחנו בני האדם משולים ללהקת ציפורים. כפי שהלהקה מצליחה להחזיק מעמד בגובה של אלפי קילומטרים מעל פני הקרקע, לשרוד בצורה כל כך מתוחכמת, ולהישאר ביחד כראש חץ - כך גם אנחנו בני האדם, ובפרט העם היהודי. למרות התלאות והקשיים המורכבים שאנחנו עוברים, הודות לאחדות והביחד שלנו, הוכחנו שאנחנו מסוגלים לעמוד מול כל מכשול. אני מאמינה כי החירות טמונה באותה לכידות חברתית, לצד הקירבה לארון הספרים היהודי, שיש בהן בכדי לתרום לנצח ישראל."

את ציוריה ו/או את ספר הביכורים של אתי ניתן לרכוש ליחידים, לקבוצות, לוועדים ולרשויות בפניה ישירה בטלפון נייד - 050-6303737.

חירות היא לא מילה גסה



עם עבר עשיר של 35 שנים במערכת החינוך וחדוות עשייה מופלאה, אסתר אפריאט מלול פועלת ללא הרף על מנת להוותר חותם חיובי בעולמנו. סיפורה של האמנית מנאות הכיכר אשר לא נסה ליחה

היא משוררת, ציירת ואשת חינוך בכל רמ"ח איבריה. אישה אשר מוכיחה כי גם בגיל השלישי ניתן להמשיך בחדוות עשייה מופלאה ובחופש יצירה, כזה שמאפשר לשמור על תחושת מסוגלות ללא דופי.

זהו סיפורה של אסתר אפריאט מלול, תושבת נאות הכיכר ואמנית מוערכת, אשר מאמינה בקשר העמוק שבין האדם לסביבה. שיריה וציוריה נוגעים בסביבה, מעמיקים בה ומופריים ממנה. במשך שנים ארוכות יוצרת אסתר בסביבת נוף פראי ומדברי, בסביבה בראשיתית, של זריחות ומי שיטפונות שוצפים.

קצת עליה: נשואה לגבי, אמה לאלרון, נעמה ואריאל. סבתא ל-5 נכדים.

ציור: "ציור מאז ומתמיד הוא חלק בלתי נפרד ממי שאני. עבורי זוהי תרפיה אמיתית ויכולת להביע את עצמי. כמה מהציורים שלי עונים להגדרה של 'ציורים מבריאיים', בהם מופיעים פרחי בר הידועים בסגולותיהם הרפואיות. למה פרחי בר אתם שואלים? אני סבורה שאנשים נולדים עם היכולת לטייב את הסביבה האנושית שלהם באחדות, בשמירה על נורמות ובהפצת חיוביות. כך גם פרחי הבר הם התגלמות של עולם עשיר בתרופות וברפואה לבני האדם. עבורי זהו מקור השראה מיוחד במינו."

השיר "משק עלעלי תמר": "אני מוצאת הקבלה בין תהליכים שאנחנו כבני אדם עוברים בחיים, לבין תהליכים שמתרחשים בטבע - כמו סופות, סערות, מצבי השתנות קיצוניים של מזג אוויר ועוד. אני מקבילה את האנשים שגרים באזורנו לעצי תמר. כמו שאומרים - 'ראשנו באש ורגלנו במים'. אנחנו מתמודדים גם עם החום הגדול ומחפשים את הדרך למקורות מים. עבורי התושבים באזור

פְּרִיחָה

לַיִם הַכְּנֶרֶת הַמַּיִם זוֹרְמִים,
מְזִינִים אֶת נְהַר הַחַיִּים.
בְּשִׁפְעָה שֶׁל נָגוּן
וּמְלוֹת אֶהְבֶּה מִשִּׁיר הַשִּׁירִים.

נִסְלַח לְעֵצְמָנוּ
אִם שָׁגִינוּ,
וּבְזָה הַפֶּסַח
בְּעֵר חֲמָץ יָאֵה
גַּם לְחֻדְרֵי לְבָנוּ.

נִפְנֶה מְקוֹם לְקַבְּלָהּ שֶׁל הַטּוֹב וְהָאֲחֵר,
חִלּוּמוֹת חֲדָשִׁים בְּאֲמִתְתִּיגְנוּ.

נִיחֹחַ שֶׁל אָבִיב מְבֹשֵׁם
פּוֹשֵׁט עַל הָאָרֶץ
בְּשִׁלָּל נֶצְנֵי תְּקוּהָ
לְעֵתִיד שֶׁל
פְּרִיחָה.

הספר עצמו טומן בחובו מקבץ של שירים וציורים, המבטאים מחשבות, תובנות, הלכי רוח, שירי אהבה ושירי טבע. יצירות אלו מחפשות את דרכן מרגע שהתשוקה ליצור מתדפקת על ליבי. מהנחת הצבע וקווי המתאר או כתיבת משפט משמעותי בעיניי. היצירה הנרקמת משנה פנים ומתהווה מחדש."

יצירתי. אני אוהבת להעביר את הידע באומנות המקרמה ולשמחתי, בסטודיו אני זוכה לספק גם סוג של אסקפיזם לאנשים שונים ומגוונים דרך סדנאות שאני מעבירה. מהפידבקים שאני מקבלת לאורך השנים, אני למדה שיש לזה הרבה משמעות עבור אנשים, במיוחד בתקופה הנוכחית ובתוך הטירוף שכולנו חיים בתוכו.

עירית מוסיפה: "התכשיטים ועבודות המקרמה שלי מגוונים מאוד. אלו יכולים להיות תכשיטים בסגנון אתני, דרך פריטים שימושיים ודקורטיביים לבית, למשרד, או לכל מרחב אחר, כמו מתלים לעציצים, קישוטי קיר, נרות ועד לאקססוריז שונים".

יריד האביב - במה לאמנים יוצרים

לצד העיסוקים המרתקים של עירית, עבור מי מכם שאינו מכיר, מדובר במי שאמונה על הפקת 'יריד האביב' מתנות לפסח, זוהי השנה השלישית ברציפות. היריד מאגד יחד שורה של אמנים ויוצרים מישוטי כיכר סדום והערבה, המוכרים את יצירותיהם לתושבים במסגרת אינטימית.

עירית מספרת כי היוזמה החלה יחד עם חברה ממושב עידן שבערבה התיכונה. "לחברה שלי יש חנות לבגדים, יד שנייה ופריטי וינטג'. היא הזמינה אותי כמה פעמים להגיע אליה לחנות כדי למכור את העבודות שלי. אחרי זמן מה, החלטנו שננסה להעתיק את הרעיון הזה גם אלינו לכיכר סדום. כך התחלנו, יום שבת אחר הצהריים, בגינה שלי. כמה אמנים ובעלי עסקים פתחו דוכנים. מאז אנשים מאוד פירגנו ובעיקר נהנו מהמפגש ומההיצע, ונראה שהאירוע צובר תאוצה משנה לשנה. בעזרתו הגדולה של ארי, בעלי, אנחנו מנסים להמשיך ולהשתפר, ובעיקר לספק לבעלי העסקים והיוצרים המקומיים פלטפורמה שבה יוכלו למכור את המוצרים שלהם. המטרה היא להפוך זאת למסורת מדי שנה, אם כי עדיין במסגרת אינטימית ולא המונית, לרווחת התושבים והקהילה כולה. נשמח שגיעו אלינו גם חברים מכל רחבי המועצה".

לקראת חג הפסח הבא עלינו לטובה, מספקת עירית איחולים משלה לקהילת תמר. "מאחלת לנו המשך יצירה ושגשוג. כולי תקווה שיצמחו כאן עוד בעלי עסקים שיוכלו לבטא את עצמם וליהנות מהגשמה עצמית ורווחה כלכלית. שנדע ימים טובים, שקטים ומלאים בשלווה".



חונש היצירה

אשר נשאבו אל עולמי, מספרת עירית במבט לאחור, תוך שהיא שוטחת את מה שהוביל אותה להקים בנאות הכיכר סטודיו משלה לאמנות על טהרת עבודות המקרמה.

"אחרי כמה מסעות בחו"ל, חרתי לארץ לחיות את חיי במושב עם בעלי. כאן, בנאות הכיכר, על גבול ירדן אל מול הרי אדום המרהיבים, נולדו שלושת ילדינו. זהו המקום המופלא בו אני חיה, עובדת ויוצרת עם חדות עשייה מופלאה. למעשה, מאז שאני זוכרת את עצמי אני חיה בסביבה של יצירה מגוונת. את עבודת המקרמה למדתי מאימא שלי. לשמחתי, לפני כמה שנים חזרתי לאהבה הגדולה שלי - המקרמה, יחד עם עוצמת השקט והסביבה המדברית של ים המלח אשר משפיעים עליי מאוד ובאים לידי ביטוי בשלל היצירות. אני מעצבת ויוצרת תכשיטים מחוטים, חרזים ואבני חן ואלמנטים שונים נוספים בהשפעות האתניות אותן ספגתי בטיולי ומסביבתי הקרובה".

עירית מתייחסת לשילוב בין עבודות המקרמה עליהן היא אמונה במסגרת הסטודיו שבבעלותה, בשילוב עם העבודה החקלאית אותה היא מבצעת גם כן מתוך תחושת שליחות וחייבור עמוק לאדמה. "שני העיסוקים הללו טומנים בחובם הרבה מאוד חופש. אני קובעת לעצמי את סדר היום, על כמה דונמים לפקח מדי יום, וכך גם מפנה לעצמי את הלו"ז ליצירה ולאמנות שאני כל כך אוהבת. זהו בעיניי השילוב המושלם בין חופש תעסוקתי לחופש

עירית כנפו מנאות הכיכר מציגה שורה על עיסוקים מרתקים המשתלבים עם כמיהה לחופש בכל הרבדים. במוקד: סטודיו לעבודות מקרמה אותו היא מתפעלת במסירות, עבודה כפקחית מזיקים למען חקלאים ועד ליריד האביב מהמרחב

חופש, שחרור ושלווה הם ערכים המשקפים את מרחב תמר מאז ומתמיד. זוהי הזדמנות להציג בפניכם את מי שמבטאת ערכים אלו הלכה למעשה כחלק משגרת חייה.

הכירו את עירית כנפו (50), בת חוזרת במושב נאות הכיכר, אליו שבה לפני 24 שנים. היא נשואה לארי, מנהל משק בדיל וירקות אקזוטיים במשק 'לוט' במושב. לשניים שלושה ילדים - מיקה, מעיין ושי.

עירית משלבת בהרמוניה מרשימה בין שני תחומים מופלאים, כאלו המחברים אותה ישירות אל הטבע ואל הרוח גם יחד - ראשית כפקחית מזיקים בהדברה משולבת במושב המספקת שירות לחקלאים, לרבות עריכת מדגמים ומתן סיוע שוטף לחקלאים בעבודות פיקוח ובקרה שונות, זאת לצד סטודיו 'קארמה' לעבודות מקרמה אותו היא מתפעלת מביתה מזה למעלה מעשור.

לדבריה: "תמיד נמשכתי לצבעים ואמנות אתנית. כשבגרתי יצאתי להכיר את המזרח הרחוק, בעיקר את הודו, שם למדתי את עוצמת הפשטות והושפעת מאוד מהנופים, תרבויות, ריחות ומראות

לשאלה מה קנה אותם מתייחסת עדי: "פשוט הכל מהכל. קבלת הפנים המלבבת והיחס החם של התושבים כאן. הסבלנות, האדיבות, האכפתיות. 180 מעלות מכל מה שהכרנו לפני כן בעיר אוסיף לכך את האקלים הייחודי, רוח ויובש גם יחד. סוג של הרמוניה ומשהו קוסמי באוויר".

באוקטובר 2024 הצטרפו רשמית לשוב במבט לאחור מיטיבים השניים לספר על הסתגלות שהתעלתה הרבה מעבר לציפיות. "חששנו בהתחלה מהמרחק מהמשפחות, אבל בפועל דווקא הריחוק הזה והעובדה שאנחנו מגיעים למרכז פעם בחודש לערך, רק חיזקו את הקשר והפכו אותו ליותר טוב ואמיתי. אנחנו כבר לא לוקחים דברים כמובן מאליו, ובעיקר נמצאים בהודיה על המקום שבו אנחנו נמצאים", אומר ירדן.

מחברים לקהילה

ואין אפשר בלי לדבר על השם המיוחד של בנם הצעיר - 'פלא'. עדי מספרת: "היה לנו חשוב לבחור שם מהתנ"ך. השם פלא מופיע בספר ישעיהו - 'כִּי יֵלֵד יֶלֶד לָנוּ בֶן נֶתַן לָנוּ וְנִתְּהִי הַמְּשֻׁרָה עַל שְׁכָמֹנוּ וְיִקְרָא שְׁמוֹ פְּלָא יוֹעֵץ אֶל גְּבוּר אֲבִי עַד שָׁר שְׁלֹמֹם'. פלא זה גם 111 גימטריה - וכזה הוא פלא. ילד בכור, נכד בכור ונין בכור משני הצדדים. פלא מהסוף זהו גם 'אלף'. הוא מסמל משהו ראשוני, בדיוק כפי שהמעבר שלנו לנאות הכיכר טומן בחובו ראשוניות והתחדשות.

ומה ביחס להמשך? "אנחנו מאחלים לעצמנו שנצמח יחד עם הקהילה כאן, מכריז ירדן ופוצח במונולוג משלו. "שנזכה להיות מעורבים ככל האפשר וליטול חלק באירועי תרבות וערבות הדדית, הרצאות, ימי כיף ועוד. שנגיע למימוש עצמי בקריירות שלנו, בחיים הזוגיים, בהקמת משפחה בריאה ואיתנה יחד עם פלא וילדים מאושרים נוספים בעתיד. שנזכה לארח ולהתארח, וכמובן לחיות חיים מחוברים לטבע בצורה טהורה ואמיתית. כפי שאנחנו הצטרפנו לכאן, נשמח לראות עוד זוגות צעירים עם שאיפות דומות משתלבים כאן".

לקראת חג הפסח המתקרב מבקשת עדי להוסיף איחולים משלה: "שיהיה לנו חג פסח שמח ומלא באור. חג עם חירות פנימית, התחדשות והרבה רגעים של משפחתיות מזוקקת. שנמשיך להרגיש כאן בבית וליהנות מקבלת פנים כל כך חמה ומסבירת פנים. תודה לקהילה ולאנשים בנאות הכיכר וגם לעפרה מהמועצה. אנחנו מאחלים לתושבים כאן בתמר ובכלל, שרק יהיה לנו טוב".



הרפתקה חדשה

עדי וירדן עמרי פתחו בחודשים האחרונים הרפתקה חדשה בחייהם בנאות הכיכר. יחד עם בנם הצעיר, פלא, הם מודים על הזכות להיות חלק מקהילה חמה ומחבקת, מציגים עיסוקים מרתקים ונהנים מהחופש הטמון במרחב

מותאמת, כמורה פרטית המתמחה בהכנה לבגרויות במתמטיקה ופיזיקה.

"אני מאמינה שכל אדם, ברגע שהוא יכול להרשות לעצמו לבחור לעסוק במה שהוא אוהב, זהו החופש האמיתי. לשמחתי גם אני בחרתי בתחומים שמאפשרים לי ליהנות מחשיבה עצמאית וביטוי עצמי. אפשרות למצוא את הקול הפנימי וללכת אחריו באומץ. זה מאפשר לי להתפנות גם ליצירה ולהקלטה של שירים, יחד עם הגידול של פלא שלנו, זהו האושר בהתגלמותו".

אהבה ממבט ראשון

ירדן מספר בערגה על הסיבות שהובילו את השניים אל נאות הכיכר, ובהמשך על ההתאקלמות המרשימה ביישוב. "הכל התחיל מארוחת שבת שגררתית אצל ההורים של עדי. סיפרנו להם שאנחנו מרגישים תקועים מבחינה קהילתית-חברתית ומעוניינים 'לחשב מסלול מחדש'. עדי הייתה בערך באמצע ההריון, והחלטנו שזה הזמן לחפש מקום חדש שישלב בתוכו את הערכים החשובים לנו, בדגש על קהילה, טבע ושייכות לאדמה, כך שנוכל להישאר עם רגליים על הקרקע, תרתי משמע".

עדי מוסיפה: "אמא שלי זרקה את האופציה של נאות הכיכר, שכן סבא שלי עבד במפעלי ים המלח במשך 30 שנה. היא הכירה את המקום ואמרה שיש בו חינוך נהדר. מאותה שיחה החלטנו שאנחנו בוחנים את הנושא לעומק. הגענו למאיה ונעמה מוועדת הקליטה. לא נשכח את הפעם הראשונה שהגענו.

זה היה ביולי, חם, זבובים, וכל זה כשאני בחודש תשי"ו. למרות הכל, כל כך התרשמנו ממה שראינו, שבשבועיים הבאים הספקנו לבקר כאן עוד פעמיים, כולל סוף שבוע עם ההורים. זו פשוט הייתה אהבה ממבט ראשון".

קהילה איתנה ומלוכדת היוותה מאז ומתמיד את אחד המאפיינים החשובים אשר הפכו את יישוב תמר למקום יחיד ומיוחד, כזה אשר מושך אליו אנשים איכותיים מכל קצוות הארץ.

זהו על רגל אחת גם סיפורם של ירדן ועדי עמרי, זוג צעיר, שהחליט בקיץ האחרון לעזוב חיים במרכז הארץ ולצאת אל עבר הרפתקה חדשה בנאות הכיכר, יחד עם בנם הצעיר בן 8 חודשים, העונה לשם הייחודי 'פלא'.

לפני הכל. בואו נכיר את השניים. ירדן (31) מתמחה במתן הרצאות וסדנאות בנושאי אורח חיים בריא, תזונה נכונה ולייף סטייל על טהרת החיבור בין הגוף והנפש, תחום המתכתב עם חג החירות הבא עלינו לטובה.

"אני מאמין במה שמכונה - Body mind and soul", הוא אומר. "הכוונה היא לכל מה שנמצא בתוך שבוין גוף, נפש ורוח, כולל החלקים המנטאליים. זה כולל תזונה נכונה, פעילות גופנית, הכרת תודה, תרגול של מדיטציות ונשימות. הכל כחלק מהוויסטיקה אחת שלמה, שמתחברת לחופש אמיתי ולבריאות מנטאלית ופיזית. המטרה שלי היא להעביר את המסרים הללו לכל מי שרק מעוניין בהם. מבחינתי, זוהי השליחות שלי בעולם הזה".

עדי מצידה (26) היא זמרת. כבר בגיל 16 הופיעה לראשונה יחד עם המקהלת 'הזמיר' מטעם הסוכנות היהודית בניו-יורק, ומאז המשיכה ליצור ביתר שאת, כולל סינגלים עצמאיים (אחד מהם אף הגיע עד לגלגל"צ). במקביל, החלה בשנתיים האחרונות להתמקצע בהוראה



החופש שבאמנות

מיכל רוד מעין גדי מציגה סיפור חיים מיוחד על טהרת תעצומות נפש והתגברות על מכשולים. הבן שנפל בלבנון והתמודדות עם השכול דרך עולמות הפיסול, ועד למחלת הפוליו בעטיה היא יוצרת ביד אחת בלבד. לקרוא ולהתמלא בהשראה

הגיליון שלפנינו מתמקד בחג האביב ובבשורה שהוא מביא עימו - רוח של חופש ויצירה המתכתבים עם אזורנו הייחודי. מי שמשקפת ערכים אלו ממש, מזה שנים ארוכות היא מיכל רוד, מוותיקות קיבוץ עין גדי, אשר ממחישה בדמותה סיפור חיים מעניין, המשלב בתוכו מסרים של העצמה נשית, חוסן ותקומה אישית.

היא במקור מהרצליה פיתוח, כשאת צעדיה הראשונים בקיבוץ עשתה בשנת 1968, יחד עם גרעין 'סער' של תנועת הנוער העובד והלומד. "הגעתי לכאן בגיל 18 כמקשרת בין הגרעין לקיבוץ. כאן גם התחתנת, כולל שלושה ילדים מתוקים שנולדו לי. עסקתי בשנים הראשונות בעיקר בעבודה פיזית, בין אם אלו היו גידולים של ורדים, במטעי הקיבוץ או בגיזום. שעות על גבי שעות בחום נוראי, כולל נחשים שהיו מסתובבים באזור. אבל האמת שזה לא ממש עניין אותי. הייתי מאוד חדורת מטרה. ראיתי בעבודה בקיבוץ כשליחות אמיתית של ציונות ואהבת הארץ."

בהמשך עבדה מיכל בבית ההארה (המלון כיום) כמבשלת, כשבהמשך פסעה לכיוון האמנות, תחום אותו למדה במוזיאון ישראל בירושלים. עם חזרתה לקיבוץ, נשמעה במערכת החינוך כגננת, ובהמשך כמורה מן המניין לאמנות במשך למעלה מעשור בבית הספר היסודי.

להסתכל לשכול בעיניים
ב-1992 חוותה מיכל טרגדיה אישית. היה זה כאשר בנה, שרון בן אריה הי"ד, נפל בעת שירותו הצבאי, כתוצאה ממארב של חוליית מחבלים בדרום-לבנון. שרון היה הבן הבכור למיכל, טראומה שהותירה אותה עם חלל קשה מנשוא.

מתוך הכאב הגדול בחרה מיכל בתחום האמנות, בניסיון שלא לשקוע אל תוך המרה השחורה, כשהיא בוחרת לאחוז בחיים חרף האתגר הגדול. "החלטתי שאני מקימה סטודיו בקיבוץ ומתמודדת עם המשבר שעבר עליי דרך היצירה והאמנות. התמקצעתי בעיקר בקרמיקה, תחום בו אני מעבירה חוגים למבוגרים אצלי בסטודיו במשך 20 שנה. מגיעים אליי אנשים מכל האזור, כולל ממצפה שלם. מאז ועד היום אני מוצאת עצמי שעות ארוכות במשך היום בתוך הסטודיו, בעיקר מפסלת. מקום של פורקן אמיתי ואפשרות לבטא את עצמי, גם כשקשה."

מיכל מציינת כי היא מפסלת אך ורק אנשים, החל מדמויות שונות בקיבוץ ומחיי הקהילה התוססים המאפיינים אותו. לאחרונה בתקופת המלחמה אף עבדה עם מפונים מחולית שפונ לקיבוץ עד יעבור זעם. "הסטודיו היה פתוח עבורם 24/7. הם יכלו להגיע מתי שהם רוצים. זה המעט שיכולתי לעשות למענם."

ואם כבר במפונים עסקינו, מיכל קידמה במשך השנה החולפת פרויקט מקסים של 'כלניות אדומות'. היה זה בחצר ביתה של חברת הקיבוץ, אביבה עזריאל, שם הדביקה כלניות אדומות פרי ידיה על אבן סלע, מחווה לזכרם של קורבנות אירועי השביעי באוקטובר. כמון כן, היא אחראית של שלטים רבים התלויים בקיבוץ ומשרתים נאמנה את

בתי המגורים והמוסדות השונים, כולל שלט חדש בכניסה אליו המשתרע על פני שני מטרים, שעתיד לעטר את המרחב עבור העוברים והשבים בעתיד הקרוב.

ביד חזקה

ממשק נוסף בתחום הפיסול בו התעררה מיכל כולל עבודה עם ילדים ובני נוער, זאת כחלק מעבודתה כאמור בבית הספר היסודי. "זו הייתה ללא ספק העבודה שהכי אהבתי. מעבר לעבודה שקיבלתי יד חופשית להתעסק כמעט עם כל חומר שרציתי, לרבות עיסות נייר שונות, הקשר שנוצר עם הילדים מילא אותי בכל פעם מחדש. הילדים גם מצידם מאוד נתרמו מהעשייה. היה כיף גדול להביט בהם מתפתחים ומבטאים את עצמם דרך האמנות."

פרט מרתק נוסף אודות מיכל, מקורו במגבלה גופנית עימה היא מתמודדת כבר מגיל צעיר, הכוללת את מחלת הפוליו, בעטיה יד אחת שלה כמעט ואינה ופעילה, מה שהוביל אותה לקדם את עבודת האמנות השונות עליון היא אמונה ביד אחת בלבד (!). "המסר שלי הוא שאנשים לא ירתעו מאתגרים, ולא יחששו להביע את עצמם בדרך שעושה להם טוב. המגבלה שלי מעולם לא היוותה מבחינתי מכשול, אלא להפך. כמו שאומרים - אין דבר העומד בפני הרצון."

ומה לגבי העתיד? מיכל מצרפת איחול חברתי לקראת העתיד לבוא, אותו היא מקווה כי כולנו נזכה לאמץ. "אני מאחלת ומייחלת לעולם שבו שאנשים יאהבו יותר יכבדו האחד את השני. הייתי מאוד רוצה שזה יהיה הכיוון אליו החברה שלנו תלך. שנהיה אדיבים האחד לשני, עם הרבה פחות התחשבויות ותככים."



אין לה רגע דל

השתלבה בפירת הנעורים (פנימיית 'ביכורים' כיום) שכללה מארג חברתי של הנוער הקיבוץ, במודל של מעין 'קיבוץ בתוך קיבוץ'. "פתחתי שם סדנה למלאכות יד, ובהמשך נקראתי לקיים את פעילותה גם בתוך בית-הספר. הגיעו אלי לסדנה תלמידים שהיה להם קשה להשתלב בלימודים ונוצר לי איתם קשר מיוחד, אבל מהר מאוד הסתבר לי שהם העדיפו לקבל ממני עזרה במקצועות מסורתיים יותר כמו מתמטיקה או לשון. כך הפכתי למורה והקמתי מרכז למידה בבית-הספר", היא מספרת.

יעל, שעל אף שלא כיוונה לכך, שימשה כמורה במשך שני עשורים, מוסיפה: "מאז ומתמיד מאוד האמנתי בילדים שהגיעו אליי, כשידעתי שהם יוכלו להשתלב עם קצת עזרה. לשמחתי הצלחתי למצוא את הדרך שהייתה נכונה עבורם. בתקופה ההיא לא בדיוק הכיר את המושג 'לקווי למידה', והייתי צריכה לחפש בעצמי מה יתמוך ביכולת שלהם להיות חלק מהכיתה. למעשה יצרתי מה שנקרא בשפת בית הספר 'להטרים', כלומר להכין אותם במקצועות השונים מבעוד מועד למה שעתיד להילמד בכיתתם, כך שיגיעו לכיתה כשהם מוכנים בהשוואה לשאר התלמידים. זה נתן להם תנופה מאוד גדולה וחיזק אצלם את תחושת המסוגלות."

"חוגגת את החיים והפנאי"

מזה שנים עשרה שנים שיעל הינה גמלאית בכל רמ"ח איבריה. בשיחה עימה היא מספרת על תקופה במהלכה היא פורחת מחדש, אותה היא ממלאת בעשייה ענפה.

"מאז שפרשתי אני משתדלת לחגוג את החיים והפנאי שבעקבות הפרק החדש בו אני נמצאת. כחובבת טבע מושבעת

על גל מקיבוץ עין גדי מציגה למעלה מחמישים שנות עשייה בלתי נלאות בקיבוץ עין גדי. בשילוב עבר חינוכי עשיר עם אהבה בלתי נלאית לטבע וסביבה, היא מהווה דוגמה מובהקת לחדוות יצירה אמיתית

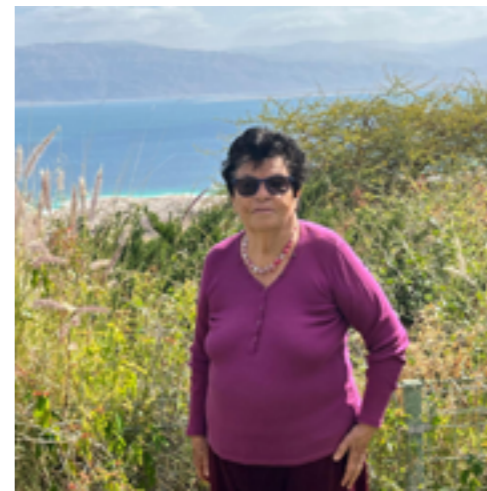
לא בכל יום זוכים לפגוש אנשים אשר חיים את הרגע. כאלו אשר בוחרים בעשייה ומשתדלים להפיק ממנה את המיטב ומוכיחים הלכה למעשה חירות אמיתית מה! בשורות שלפניכם תזכו להכיר אחת שכזו העונה באופן מדויק לקריטריונים הללו, ומי שמציבה דגש עליון לאורך חייה על החופש שבבחירה.

אנחנו מתכוונים כמובן ליעל גל, מוותיקות קיבוץ עין גדי. בת 77, נשואה למני, אמה לשאול, גידי ואיה, וסבתא לשלושה נכדים. את בחרותה העבירה במושב כפר ידידיה שבעמק חפר, כשבהמשך התגישה לצבא לגרעין נח"ל שיועד לבית ספר שדה עין גדי, כשהיא הופכת לחברה מן המניין בקיבוץ עין גדי באופן רשמי בשנת 1973.

בשנותיה הראשונות בקיבוץ שימשה יעל כאחראית על פינת החי, אותה הפכה תוך פרק זמן קצר למרחב לימודי עבור תלמידי בית הספר היסודי. "היו לנו הרבה בעלי חיים, כמו יעלים, שרקנים, ארנבונים, חמורים, עיזים ועופות אחרים. הילדים היו אחראים על תפעול פינת החי, כולל האכלה, ניקיון ואחזקת המקום. זה תרם להם המון", היא משחזרת במבט לאחור.

במהלך שנות השבעים יצאה יעל לשליחות בת שנתיים בארצות הברית יחד עם בעלה מני, שהחזיק דאז בתפקיד במסגרת תנועת הנוער "הודה הצעיר". כשחזרה ארצה, פינת החי כבר הייתה 'תפוסה', מה שהוביל אותה לתקוע יתד במערכת החינוך המקומית. תחילה

ידה בבל יד כל בה



פאר היצירה

בלתי נפרד מחזונה המשתלב עם כמיהה לתחושות החופש, המרגוע והשלווה.

בנוסף, הגיליון הנכחי המתמקד בחופש ושחרור, משתלב עם חייה של מרים, אשר מקפידה בשנים האחרונות על מסורת הכוללת מדי שנה טיול ארוך ברחבי הגלובוס. בין המקומות הבולטים בהם זכתה לטייל, ניתן למנות את אינדונזיה, סינגפור ומדינות נוספות בדרום אמריקה והמזרח הרחוק.

חג הפסח מתקרב. הזדמנות מצוינת עבור מרים לשתף בסיפור אישי על גן הירק בו עבדה כאמור בראשית ימיה בקיבוץ. "היה ידוע בזמנו שמניחים ניילון בגן על הצמחים עוד כשהם קטנים על מנת לשמור עליהם. פסח אחד, בזמן שכולם כבר היו לבושים בבגדי חג, הגיע אחד מהחברים והפציר בנו לרדת מהר לשדות. הוא סיפר שרוח חזקה הורידה את כל הניילונים. כך מצאנו את עצמנו, רגע לפני ליל הסדר, יורדים כל הקיבוץ עם הטרקטורים לשטח. הבגדים החגיגיים אמנם התלכלכו, אבל חזרנו איתם לחדר האוכל לליל הסדר עם הרבה סיפוק ושמחה בלב".

ככלל, מרים ניחנה בחוש יצירתי מעורר השראה. אחד מביטויי המרכזיים התרחש במטבח הקיבוץ, שם הייתה אופה באופן קבוע את עוגות החתונה עבור אירועי השמחות שהתרחשו בין כתליו. "אז לא היו את הפטנטים שיש היום. את עוגות הכלה למשל הייתי מקשטת עם קצף של ביצים". במקביל, פיתחה במרצת השנים תחביב שכלל הכנת תכשיטים ועבודות יד מזרעים, חוטים ומחומרים שונים, כמו גם צמחים שהיא מטפחת באהבה גדולה בחצר ביתה ממנו נשקף נוף משגע של ים המלח.

וכעת עם הפנים לעתיד? ממרחם גילה וניסיון חייה משתפת מרים באשר על ליבה. "הקהילה שלנו עומדת חזקה ואיתנה, על אף שאיבדנו לצערי כמה אנשים יקרים בשנה האחרונה. למרות הכל, אנחנו מלוכדים ונחושים לעבור את האתגרים יחד. אני מייחלת שכמה שיותר ילדים יתווספו לקיבוץ, שכן הם מהות החיים בעיניי. כשאני עוברת כאן בשבילים ליד בית הילדים ופוגשת את הנין הקטן שלי שרץ לחבק ולנשק אותי, זה מה שנותן לי את הכוח. אני מכירה כאן את רוב הקטנטנים ופוגשת את המשפחות הצעירות. חייבים להמשיך ולחזק את הדורות הבאים כאן למען עתיד וחד ואופטימי".

לראות את האור זה החופש שלי



קן אור מעין גדי מגלמת בדמותה תשוקה יוצאת דופן לטבע ולבעלי החיים. עם תפקיד נחשק בספארי ברמת-גן וכיור הוועדה להגנת הסביבה בקיבוץ, היא חותרת להוביל למדיניות של מודעות סביבתית למען העתיד של כולנו.

זה קרה בקיץ 2023. חודשים ספורים לפני פרוץ המלחמה הקשה, קן אור ואלדד גולן, החליטו לקשור את חייהם בקיבוץ עין גדי. היא אקולוגית, חובבת טבע ובעלי חיים מושבעת, הוא מדריך טיולי טבע וצפרות, צלם טבע, מתרגם ומשתתף בספרים אקולוגיים.

לאחר כמעט 6 שנות מגורים בקיבוץ מצידו של אלדד, בשעה שקרן מבקרת אותו על בסיס קבוע, החליטו השניים לבסס את חייהם בקיבוץ, כשהם נחושים להטמיע בו את הערכים עליהם גדלו והתחנכו, בדגש על הגנת הסביבה, ערבות הדדית וקבלת האחר, תוך מתן דגש על חינוך ופעילות מקומית בתחום שמירת הטבע.

בשורות שלפניכם ועל רקע גיליון מיוחד העוסק בחופש האדם והיצירה, זוהי הזדמנות להכיר את קרן אור (54), בעלת תואר שני בלימודי אקולוגיה מאוניברסיטת בן גוריון) מעט מקרוב. כשמה כן היא, קרן אור משתדלת להפיץ אור בכל עיסוקיה, כשהיא מקפידה על גילוי חמלה והערכה כלפי כלל היצורים החיים, הן בני אדם והן בעלי חיים. לראיה, מזה למעלה משני עשורים שהיא עובדת בספארי ברמת-גן, בו היא מחזיקה כיום בתפקיד הזואולוגית. תפקיד זה מצריך ממנה לא מעט אנרגיות, שכן עליה להימצא על קרמת גן-עין גדי על בסיס שבועי.

"המעבר לעין גדי - החלטה מדויקת ונכונה"

עם תחילת השנה האזרחית התווספה אחריות כבדת משקל על כתפיה של קרן, זאת לאור מינויה כיו"ר הוועדה לאיכות הסביבה בקיבוץ עין גדי, תפקיד אליו היא מתייחסת בהרחבה.

"הוועדה לא התכנסה במשך למעלה משנה בעקבות המלחמה, וכעת המשימה מבחינתי היא להתניע מחדש את הפעילות", היא מציינת. "אני מרגישה תחושת שליחות מאוד משמעותית בתפקיד, במטרה להשקיע את מלוא המשאבים, כך שהקיבוץ שלנו יהפוך ליותר מקיים. זה אומר לעבוד בצורה חזקה הרבה יותר בנושא הפרדת אשפה, ואולי גם ניצול החומרים האורגניים הרבים שבקיבוץ, בדגש על מטבחי המלון וחדר האוכל, כמו גם הגן הבוטני לייצור קומפוסט. מחובתנו לנצל את כל השפע הזה כדי לייצר מותג קומפוסט מקומי מצליח. בנוסף, אנחנו הוגים בימים אלה הקמת מרכזי פסולת חדשים שיעזרו לכולם להפריד אשפה בקלות וגם יראו יותר אסתטיים בתוך הקיבוץ היפה שלנו. זה יעלה בקנה אחד עם השאיפה להפחית את טביעת הרגל האקולוגית, כולל צמצום דרמטי של השימוש בכלים חד-פעמיים. כל אלו מבחינתי הן דוגמאות כחלק מחזון רחב שבבסיסו קידום המודעות הסביבתית, הנגשתה לחברים והפיכתה לחלק בלתי נפרד מהחיים של כולנו".

ומה לגבי העתיד לבוא בקיבוץ? קרן אור מספקת תחזית משלה, כולל ברכה עם בואה של עונת האביב. "הקהילה המיוחדת שלנו הוכיחה לאורך כל התקופה האחרונה כי יש בה חוסן גדול. הקשרים הבין-אישיים שמתפתחים כאן הם דבר שאין לו אח ורע, תהליכים מרתקים שמבחינתי הם גם סוג של חידה - להכיר את כולם ואת הקשרים המשפחתיים בין האנשים, שלא מפסיקים להפתיע אותי גם עכשיו.

כולנו מצויים גם בימים אלה בסוג של אי ודאות ומייחלים לשובם של כל החטופים במהרה. עם בוא חג החירות הוא חג האביב, אני מאחלת שעונה זו תוביל עימה שינוי גם ברמה הלאומית, למציאות הרבה יותר שפוייה, דמוקרטית, שוויונית ובריאה".

לדבריה: "אני חלק מצוות שמנהל את אוסף בעלי החיים שבגן החיות, עובדת עם האוצר על מנת לייבא ולהעביר בעלי חיים מ/אל גני חיות אחרים, כולל תיעוד מדויק של כל בעל חיים לפי הסטנדרטים של ארגון גני החיות האירופאי (EAZA). הכל באתר מיוחד ובהתאמה לתיק הרפואי של כל בעל חיים ולרישומים הנדרשים. כמו כן, אני חלק ממערך הדבורות, במטרה לוודא כי התכנים שמתפרסמים הם מדויקים מדעית, מנוסחים כראוי ותואמים את חזון הספארי. אני מאמינה שלגני חיות טובים יש תרומה גדולה מאוד למען הטבע בעולם. זוהי הסיבה שאני עובדת קשה כדי להעביר לקהל מסרים של אהבת החי ושמירה על הטבע".

קרן אור מוסיפה כי "טבע ובעלי חיים הם מאז ומתמיד התשוקה הכי גדולה שיש לי בחיים. מעבר לעולם הטבע שהוא קסום ומופלא, מה שאני מתחברת אליו הוא העובדה שהוא עשיר בהפתעות, שכן הוא אינסופי. במיוחד בימים אלה, כאשר הטבע שלנו מצוי מול כל כך הרבה סכנות, עצם העובדה שאני יכולה דרך חלקת האלוהים הקטנה שלי לתרום למען השימור שלו, זוהי זכות גדולה שנפלה בחלקי".

עבודה מיוחדת זו מצטרפת לשורה של פעילויות בהתנדבות אותן ממלאת קרן אור למען בעלי החיים והסביבה, ביניהן כמתאמת לשעבר של מתנדבים בחוות קינים במרכז להצלת צבי ים, וכיום כמתנדבת בעמותת "מדע גדול, בקטנה", ששמה לה למטרה להנגיש מדע מדויק לקהל הרחב. ואם זה לא מספיק, היא גם מכהנת כחברה בוועד המנהל של החברה להגנת הטבע.

נחות השני



שני אריאב מעין גדי מובילה מזה כעשור סדנאות לניקוי רעלים בהשראת הרפואה האירודית שמקורה בהודו. במוקד: חתירה לחיים בריאים על טהרת איזון הגוף והנפש

שלוות נפש היא הבסיס לחופש אמיתי. היא מאפשרת לנו לפעול מתוך בהירות, לבחור את דרכנו ללא הסחות דעת ולחוות חופש רגשי ומנטלי שאינו תלוי בנסיבות חיצוניות. מי שדוגלת בגישה זו ומיישמת אותה הלכה למעשה היא שני אריאב מקיבוץ עין גדי. רובכם מכירים אותה סביר להניח כפיזיותרפיסטית ומדריכת יוגה, אם כי מדובר באישה מעוררת השראה, הפועלת באופן שיטתי למען רווחת הכלל.

בראיון מיוחד עבור "עלי תמר" משתפת שני בהשפעות האדירות של אירועי השנה וחצי האחרונות על הגוף והנפש של כולנו. "זה לא סוד שהטלטלה שעברה על כל אחד מאיתנו יצרה בין השאר מהפך בחיי היום-יום שלנו. הייאוש גדל מאוד. ובכל זאת, מה שמעודד בנפש האדם טמון ביכולת השיקום וההסתגלות לשינויים. אני מציעה בתוך כל הקלחת הרגשית המורכבת הזו, אפשרות להתנהלות מיטיבה יותר, התנהלות שמאפשרת להסתכל על הדברים בפרופסוקטיבה קצת אחרת."

"ניקוי רעלים - פיזיולוגים ומנטאליים"
 חג האביב, הלא הוא פסח כבר ממשי מעבר לפינה. שני המטפלת ברפואה האירודית שמקורה בהודו, מציינת כי מדובר בתקופה נהדרת לניקוי רעלים פיזיולוגיים ומנטאליים כאחד. "הבעיה כיום היא שאנחנו נחשפים לכמויות הולכות וגדלות של רעלים. לגוף שלנו יש מנגנוני ניקוי נהדרים שעוזרים לו להתמודד מולם. אם אלו השיערות הנחיריים שמסייעות לסינון ראשוני לרעלים, הכבד שמכיל בתוכו מנגנוני ניקוי ועוד הרבה איברים אחרים. כלומר, הגוף שלנו הרבה יותר חכם ממה שאנו חושבים. הבעיה מתחילה למעשה ברגע שכמות הרעלים עולה על היעילות של אותם מנגנונים."

אפשר לדוגמה להגדיר תקופה של דיאטת מסכים למספר שבועות בהן נצליח לעמוד בהגבלות הללו. האמינו לי, האפקט של חידוש המערכות וניקוי הגוף והנפש מרעלים יעשו לכם פלאים."

טיפים נוספים עליהם ממליצה שני כוללים צריכה של ירקות ירוקים עליים וקשים, כדוגמת עלי מנגולד, סלק או בוקצ'וי. "יש לאדות את העלים, ורק אז לצרוך אותם, שכן יש להם תרומה בניקוי יסודי של הכבד. מומלץ גם לצרוך את המזון שלנו בטמפרטורה שאינה קרה מדי. בכך אנחנו מסייעים לגוף לעכל את המזון או הנוזלים שנכנסים אליו, ולהפחית את השקעת האנרגיה הדרושה כדי לחמם אותו", כך לדבריה.

על פניו נדמה כי הטיפים שמשחררת שני הינם פשוטים ליישום, אלא שבפועל החיים, על אחת כמה וכמה בישראל, טומנים בחובם אינספור אירועים בעלי השלכות ישירות על שלוות הנפש שלנו.

"בואו נודה באמת, הסטרס הוא האויב מספר אחת של כולנו. ברגע שהגוף שלנו נמצא במצב עקה, התוצאה היא שאנחנו משלמים מחיר כבד מאוד. הגוף בעצם לא פנוי להתמודד עם הרעלים, אלא עובר למוד הישרדותי. בטבע זה יכול להיות הישרדות מפני אריה טורף, בעוד שבחיים המודרניים אותה תחושה עשויה להתרחש ממייל מלחיץ של הבוס או מטלפון מדאגה. ההמלצה היא לרווח בין המשימות ולהפחית בעומס, לתעדף את הפעולות שלנו ולנסות להתנהל כמה שיותר בתוך סדר יום מרווח."

שני מסכמת את התזה שלה באמצעות אנלוגיה מעולם הרכב, באמצעותה היא ממחישה את קו המחשבה הבסיסי שלה ביחס לניקוי רעלים. "כפי שאנחנו דואגים לעשות טיפול תקופתי לרכב שלנו, מעבר למילוי דלק או בדיקת שמן ומים, כך הגוף שלנו זקוק לטיפול מעמיק ויסודי. סביר להניח שהוא ישרוד כמונו, אבל חשוב אחת לתקופה לבצע את אותה פעולה, שכן יש בה בכדי לאתחל מחדש את מערכות הגוף הנפש. בתוך מציאות שכוללת כמות הולכת וגדלה של רעלים - מהאוויר, מהמים, מהיבשה וגם מהתקשורת שמסביבנו - זהו נתיב אידיאלי שיוכל להוביל אותנו לאיכות חיים אמיתית."

"נדרשים להמציא את עצמנו בכל פעם מחדש"



חבר מליאת המועצה וחבר קיבוץ עין גדי, יורם דביר, בראיון מיוחד על האתגרים שבניהול מפעל 'עין גל' שבקיבוץ, על אתגרי החיים בפריפריה ועל חשיבות חופש היצירה. לרגל חג החירות הוא כמובן לא שוכח את הדבר החשוב באמת: 'מחכים לכל החטופים - זהו סלע הקיום שלנו כאן'

על מנת לתהות על קנקנו של יורם דביר, מהכוחות הפעילים והמוכרים שבקיבוץ עין גדי, יש לחזור אחורה בזמן לטיול הגדול שערך לאחר השירות הצבאי במזרח הרחוק ובאוסטרליה.

"פגשתי הרבה אנשים במהלך הטיול. אבל היה בחור ישראלי אחד שטיפס איתי יחד בהרי ההימלאיה שממש התחברתי אליו", משחזר יורם במבט לאחור בראיון עבור "עלי תמר". תוך כדי היכרות הוא סיפר לי שהוא עבד בקיבוץ עין גדי, ושהוא מאד ממליץ לי לחוות את האזור. משום מה, השיחה הזו נחרטה אצלי בזיכרון, גם אחרי שחזרתי לארץ. זה ישמע אולי קצת מוזר, אבל אותה שיחה הובילה אותי לבחון אפשרות לגור כאן. בדיעבד, אני יכול להעיד שאותה שיחה הייתה ההחלטה הכי טובה שקיבלתי. כאן הכרתי את אם בנותי מיה, כאן נולדו לי שלוש בנות מקסימות גוני, גפן וגל. וכאן מצאתי את מה שנקו לי."

את שערי הקיבוץ פקד לראשונה יורם, יליד באר-שבע, בשנת 1998. ברמה התעסוקתית, החל את דרכו במלון עין גדי, ובהמשך שימש כמנהל מרכז המזון וכיום כמנהל את מפעל 'עין גל'.

לדבריו: "אפשר לומר שהתאהבתי באזור ממבט ראשון. יש תחושה אחרת באוויר כאשר מגיעים לעין גדי ובכלל

לאזור ים המלח. אין ספק שתחושת החופש והשחרור כאן נוכחת יותר מתמיד. בעיניי אלו המרחבים שפשוט פותחים את האופקים והיצירתיות, יחד עם שילוב מרתק של הים הכחול מול ההרים החומים וחבל ארץ מרהיב ביופיו".

"חדשנות ויצירתיות - מרכיבי מפתח בתעשייה"
 מאז שנת 2017 מנהל יורם את מפעל 'עין גל' הוותיק של קיבוץ עין גדי, המתמחה בייצור מוצרים הנדסיים מפוליאוריתן אלסטומרי, חומר המשרת את התעשיות הכבדות והביטחוניות, כמו גם את מפעלי ים המלח, ולקוחות נוספים מסקטורים שונים, כחלק ממעטפת פתרונות לתעשייה.

יורם מצייין כי "הערך המוסף של המפעל טמון מעצם היותו חולש על פני תעשיות מגוונות, בדגש על מתן פתרונות הנדסיים לתעשייה, שהן ליבת העשייה שלנו במפעל. היכולת בעין גל לבצע התאמה של פתרונות בין ענפי התעשייה השונים, היא זו שמאפשרת השראה לפתרונות ולפיתוחים לכיוונים שונים ומעניינים".

עוד מוסיף יורם כי מפעל 'עין גל' דוגל ביזמות וחדשנות כערך עליון: "ב-2024 אנו מסכמים 3 שנים של מיזם משותף עם רשות החדשנות: שנתיים של בדיקות היתכנות טכנולוגית במסגרת מכינה ושנת פיתוח (מופ"ת) ראשונה, בתמיכה של רשות החדשנות. ברמה האישית, אני מרגיש סיפוק גדול מהמקום בו אני נמצא וממה שאני עושה. במובן מסוים, אופי העבודה בעין גל מעודד את חופש היצירה והמחשבה, כאשר הצורך להמציא את עצמנו בכל פעם מחדש, מוסיף צבע ועניין".

מעבדה לחיים בתנאי קיבוצ

אנו ניצבים בפתחה של העונה החמה, בה תנאי האקלים באזורנו הופכים לקשים ומורכבים במיוחד. על רקע אתגרי מזג האוויר, מצוין יורם חשיבות עליונה להפגנת יצירתיות בהיבט הסביבתי והתמודדות עם תנאי חום בתנאי קיבוצ.

לאור ההתחממות הגלובלית, אני מאמין שישוּבי ים המלח והבקעה יהפכו להיות סוג של מעבדה לאיך אפשר לחיות ולהתקיים בתנאי חום קיבוצ. נוכל להוות בהקשר הזה דוגמה ומודל לחיים בעידן של התחממות גלובלית."

יורם מכהן זו הקדנציה השנייה כחבר מליאת המועצה. לדבריו: "אנו במועצה מחויבים לייצר לנו עוגנים, שאליהם נכוון את הפעולות הציבוריות של המועצה. למשל: חיזוק הקהילות והישוּבים דרך פעולות של תרבות וספורט, ראה ערך מרוץ ים המלח שהיה מדהים. עוגן ענק נוסף מתרכז בנושא החינוך והכפר החינוכי ובאותה נשימה בעידוד מחקר ופיתוח, יצירת מקומות פרנסה ויצירת קרקע לזימויות. בקיצור, יש לנו לא מעט אתגרים, ומאידך אתגרים הם גם הזדמנות".

לקראת חג הפסח מבקש יורם לשלוח מסר מחבק לתושבי המועצה והישוּבים בתמר ולעם ישראל ולבני בריתנו במערכה ובמלחמה בכלל. "מאחל לנו כעם, כמדינה וכחברה שוחרת חיים שכל החטופים ישובו אלינו במהרה, כי זהו סלע הקיום שלנו כאן. לחבק את המשפחות השכולות הפצועים והפצועות בגוף והנפש, ומשם לצמוח ולהתפתח חרף כל הקשיים שמסביב. אין לי ספק שבכוחנו לצאת מהתקופה המורכבת הזו מחוזקים, למען עתיד טוב יותר לנו לבנותינו ובננו ולמען הדורות הבאים".

מבחינתי. זהו מקום בו יש חופש להתהלך יחף בחוף, לצאת מחוץ לגדר ולטייל ללא שום מגבלות בטבע או בשטח הפתוח. אם אקביל זאת לעיר בה אתה מתגורר בתוך בניין, כאשר בשביל לצאת לטבע צריך לנסוע לפארק, אצלנו בשוב כל מה שצריך הוא בסך הכל לצאת 50 מטר מפתח הדלת, והטבע פשוט פרוס בפניך. במובן הזה אני מרגיש שהחיים כאן בהר עמשא הם חיים באלפיון העליון."

נדבך נוסף שמתחבר לאלמנט החופש עבור דניאל, מקורו בזכות לבנות ולעצב את ביתו בתחומי הישוב. "במרחב הכפרי, בניגוד לעיר, יש לך אפשרות לבנות ככל העולה על רוחך, כמובן תחת החוקים והנהלים המתאימים. יש בכך חופש מאוד גדול. זה מתחבר עם חופש הבחירה, שהוא בעיניי מתכון חשוב לשלוות נפש ויצירתיות".

"אנרגיה תקועה - כמו מים מעופשים"

דניאל מוכר במחוזות הר עמשא כאדם ורסטילי במיוחד. כמטפל בשיאצו הוא מיטיב לספר ביחס להתנהלות היום-יומית. "מגיעים אליי אנשים עם בעיות שונות, כאבים פיזיים שחלקם נובעים מתחושה של סטרס בחיי היום-יום. השיאצו מספק שחרור במגע שיש בו שחרור ממצוקות ומועקות שהגוף והנפש שלנו מתמודדים איתם. הרעיון בשיאצו הוא 'לשחרר אנרגיה תקועה' בשרירים ובמפרקים. זה מאפשר התחדשות של זרימת דם, כמו גם התחדשות מחשבתית ורעיונית", כך לדבריו.

דניאל מוסיף: "כאשר אנרגיה תקועה, לא משנה אם היא נפשית או פיזית, זה כמו מים מעופשים. זה אומר שאין התחדשות, שהיא מרכיב קריטי בבריאות הגוף והנפש שלנו. לכן יש חשיבות עצומה לשחרור האנרגיות הללו כתנאי לחופש ולבריאות איתנה".

ביחס לצי-קונג, שיטה נוספת בה דבק דניאל, הוא מצייין כי "מדובר בהתעמלות סינית עתיקה בת אלפי שנים. היא יכולה להיות מצד אחד דינאמית, ומצד שני גם מאוד עדינה. היא מבוססת על ההבנה של הגוף כמערכת אנרגטית אחת שלמה. לא רק עצמות ושרירים, אלא מכלול שלם. השיטה הזו מתאימה לכל סוגי אנשים, כולל מי שמתמודדים עם מוגבלות גופנית כזו או אחרת. היא עובדת על הרבה מאוד אלמנטים, כדוגמת תנועה הרמונית, שיווי משקל, קואורדינציה, תרגול נשימתית. גם כאן המשותף לכולם מתחבר להתחדשות ולבריאות. מאחל לכולנו שנדע למצוא את החופש האמיתי שבחיים".



"הר עמשא החופש בהתגלמותו"

הוא מטפל ברפואה סינית, שיאצו ומורה לצי-קונג, דוגל בשחרור אנרגיות תקועות וחסיד של התחדשות גופנית ורוחנית כדרך חיים. דניאל יעקבסון מהר עמשא מגלם בדמותו חופש שבבסיסו תבונה ופתיחות

רבות נכתב ונאמר על הקהילה המיוחדת המרכיבה את ישובי תמר. אנשים מיוחדים ומעוררי השראה, המשקפים בסיפור חייהם תכונות אופייניות מרתקים.

על רקע חג החירות, הרשו לנו להציג בפניכם את סיפורו של דניאל יעקבסון מהר עמשא - מטפל ברפואה סינית, שיאצו, מורה לצי-קונג ומדריך לתזונה מותאמת אישית. בראיון מיוחד עבור 'עלי תמר', משתף דניאל בזווית מבטו, תוך מתן דגש למהות החופש והאופן שבו הוא תופס אותו כאבן דרך משמעותית בחייו.

"חופש הוא מושג רחב מאוד הניתן לפרשנות על ידי כל אחת ואחד מאיתנו. לפעמים זאת בעיה ... לדעתי, החופש האמיתי הקיים הוא חופש הבחירה - כיצד אני מתייחס לחיים, וגם אותו צריך ללמוד. את זה שאני 1.70 מטרים, או לא יכול לבחור. אבל האם אני חי עם המציאות בשלום או בסיכסוך - כאן יש לי הרבה אפשרויות לחופש בחירה.

יש חופש במובן הפיזי, שפירושו תנועה משוחררת או היעדר סטרס. חופש תנועתי או חופש ברמה הרגשית, שבו אין מקובעות בהרגלים מזיקים, תבניות או בהתניות. זה דורש מודעות ולמידה.

מי שמוגבל וחושב שהוא חופשי - הוא ממש מוגבל.

מי שמתעורר לזה שהוא מוגבל - מתחיל

"עלינו להרבות טוב בעולם"

"חופש אמיתי - היעדר הגשות מטרידים"

אלכס הינו חסיד השיטה הבודהיסטית. לדבריו, אחרי שנים בהם דבק בשיטת 'נימה', נחשף לפילוסופיה הבודהיסטית, לאור היותה נגישה וחינמית. "הבודהיזם טומן בחובו חוכמה המחברת בין מוסר, שכל וריכוז. אלו שלוש רגליים מרכזיות, שלכל אחת מהן עולם מונחים משלה. אנחנו חיים בצורה מוסרית, לומדים את את עקרונות החיים בצורה שכלתנית ומצויים בריכוז מקסימלי. הבודהיזם מיישם זאת באמצעות מדיטציה והתבוננות עצמית, בשאיפה בכל רגע נתון. למעשה, השיטה הזו הצליחה לענות לי על הרבה מאוד שאלות. זה גם מה שהוביל אותי לעבור קורס מדריכים, ובהמשך להדריך קבוצות בעצמי".

לשאלה מהו חופש בשבילו על רקע חג החירות המתקרב, משיב אלכס: "חופש אמיתי עבורי הוא היעדר רגשות מטרידים. אני מנסה לחתור אליהם באמצעות שילוב של הרבה מאוד דברים - דרך סבלנות, סובלנות, אהבה, רגישות, חמלה ונדיבות. זה כולל להימנע מפיתוח תסמינים של כעס, עלבון, רגשות אשמה או בושה ועד לערך עצמי לוקה בחסר. החופש האמיתי שבחיים מבחינתי הוא להיות שלם עם מה שאתה עושה, ללא צורך להוכיח שום דבר לאף אחד, להתנהל בצורה מוסרית שאינה פוגענית וכמובן לדבר ולהתנהל בצורה הזו. הבודהיזם טוען שכדי להגיע לשם עלינו להימנע בתרגול מתמיד, וחשוב מכך להיות במודעות לתחושות, למחשבות ולרגשות שלנו".

ביחס לעתידו של הישוב מבקש אלכס להוסיף את האני מאמין שלו: "הקהילה של הר עמשא היא זו בעיניי שהופכת את המקום הזה לאחד המקומות הטובים בעולם. לא הייתי מחליף את הקהילה כאן בשום הון שבעולם. זה נכס גדול. אפשר למצוא כאן ערב רב של סוגים, מינים, אמונות, דתות ופולחנים אחד גדול. אני מאחל לכולנו שנדבוק באהבת האחר ונרבה טוב בעולם, כל אחד בהתאם ליכולותו וכישוריו. זוהי מהות החיים".



"לראות בצמחים כמורים"

בעברו עבד אלכס כגנן בבסיס צבאי במרכז הארץ. תפקיד זה יחד עם הניסיון שצבר, הובילו אותו לזכות בתפקיד גן הר עמשא, אותו הוא ממלא נאמנה מזה כשנתיים. "יחד עם צוות מצומצם אנו מחזיקים את הישוב ברמת הנראות והטיפוח, כולל אחריות על כל השטחים המוניציפליים. עיסוק משמעותי בשתילת, צמחים, ערוגות".

אחד מהפריקים המרכזיים אותם יוזם אלכס כגן הר עמשא, כולל הקמת שביל בהשראת הספר 'חוכמת הצמחים' לגביו הוא מרחיב את היריעה: "הספר שכתבה ענבל לויטה מדבר על מה אנחנו יכולים ללמוד מהצמחים. כלומר, לראות 'בצמחים כמורים'. את האיכויות שיש בכל צמח וכיצד אנחנו יכולים להיעזר בהם כדי לפתור בעיות שונות בחיינו. זכינו לכך שהרוב המכריע של הצמחים המזכרים בספר קיימים כאן בהר עמשא ובמרחב תמר בצורה טבעית. מדובר על צמחי ארץ ישראל ותיקים, מעצים דרך שיחים, מטפסים, צמחים עשבוניים ורב-שנתיים, כדוגמת סירה קוצנית, צלף, אלונים, רימון, תאנה והיד עוד נטויה".

לדברי אלכס: "הספר הוא חלק מ'שיטת המקום' הקושרת בין אדם, טבע, סביבה ומורשת. את הביטוי לכך נקדם באמצעות שביל חינוכי-סביבתי שיוקם בהר. הרעיון הוא שכל מי שירצה לראות את הצמחים בעיניים, ויכל לסייר בשביל, ולהכיר תוך כדי את הצמחים, לקחת זרעים ולטייל לאורכו בהנאה, כולל ברקוד לסריקה שייאפשר להעמיק בנושא באמצעות הסמארטפון. השביל הזה יהיה שביל חינוכי, בוטני ורוחני, מתוך מטרה שיהווה מוקד משיכה למבקרים רבים לאורך כל ימות השנה".

בנה את ביתו בישוב מבין וקש, הינו חסיד התפיסה הבודהיסטית ומאמין "בחוכמת הצמחים" כנדבך לחיים מלאים וחופשיים יותר. סיפורו של אלכס הבר, גן הר עמשא, איש ורסטילי ומעורר השראה

בימים בהם נדמה כי המציאות סוגרת עלינו, חוסר הוודאות לגבי מה יוליד יום הולך וגובר, לצד חששות טבעיים שמלווים אותנו כמעט בכל צעד וצעד, מהווה מרחב תמר כמקום מעט יותר 'שפוי'. מרחב זה מגלם בתוכו מקום בו ניתן לרגע אחד לנשום ולהינות מחופש מחשבה, חופש יצירה וחופש תודעתי, שיש בהם בכדי להעניק לנו שלווה נפש, מצרך יקר לו אנחנו כל כך זקוקים.

תפיסה זו מגלם הלכה למעשה אלכס הבר, גן הר-עמשא בשנה האחרונה. אלכס, איש רב פעלים ומעורר השראה, משקף בדמותו כיצד משתלב אופי ייחודי וורסטילי עם המרחב בו אנו חיים.

הרומן שלו עם הר עמשא החל לפני שנים עשרה שנים, אולם בפועל הוא פקד את הישוב לראשונה לפני שלוש שנים בלבד, לאחר שהיתרי הבניה עבורו הופשרו. "השלב הראשון היה להביא אוהל אינדיאני בו התגוררתי במשך תקופה, בעיקר בסופי שבוע. בכל יתר הזמן השקעתי מאמצים והרבה משאבים כדי לבנות את הבית בכוחות עצמי", הוא מספר. "הבית שלי בנוי בשיטה מיוחדת המבוססת על קש דחוס (בלות) ובץ. במשך תקופה ארוכה יחד עם חברים, עבדתי כאן ללא הפסקה. בהתחלה זה היה להזיז אבנים ולסדר טראסות, ובהמשך עבודה פיזית ומשמעותית יותר. בהמשך גם הבאתי איתי קרוואן נגרר ששימש כבית זמני. זו הייתה עבודה מאומצת, אבל היא גרמה לי להרבה סיפוק".

החלק האחורי של הבית גובל ממש שם. עבורנו זהו השחרור האולטימטיבי. לא אשכח את תקופת הסגר בקורונה, בזמן שמדינה שלמה הייתה נצורה בבתיים ואנשים חוטפים קנס על הליכה 50 מטר מהבית, אנחנו יכולנו לצאת לפיקניקים ולטייל בתוך הטבע. חופש אמיתי במלוא מובן המילה."

גבי מציין באותו הקשר: "יש כאן קהילה של אנשים טובים ואיכותיים עם השקפת עולם דומה לשלנו. אנחנו בקשרים מאד טובים עם השכנים שלנו, בניגוד למה שקורה לפעמים בעיר, וכל אלה עוזרים לנו להיקשר למקום. ככלל, שנינו אנשים של המדבר, אבל פתאום לגור בתוך מקום ירוק שצמוד לטבע שמחובר למדבר, זהו כיף בלתי רגיל. בנוסף, יש לנו את החופש להחליט כאן עד כמה אנחנו רוצים להיות מעורבים. גם מבחינת העבודה, אנחנו גרים מרחק נסיעה של 10 דקות משמורת תל-ערד. אנחנו חיים ונושמים את הסביבה. זה מושלם בעינינו."

בימים אלה נמצאים יונת וגבי, כמו קהילת הר עמשא כולה, בצפייה דרוכה לקראת המשך הקליטה וההתפתחות של המושב, תוך שהם ממשיכים לראות בו כאבן שואבת לתושבים חדשים, וכמקום המנקז אליו שילוב מנצח של קהילה חמה ומלוכדת ומרחב טבעי מיוחד במינו.

"הר עמשא מתפתחת בקצב מרשים. הישוב גדל וזה בהחלט מבורך", מספרת יונת בגאווה. "אנחנו שמחים לקבל לחיקנו משפחות מהסבב החדש בשכונה ב', אנשים מיוחדים ומדהימים שבהחלט מוסיפים משהו חדש ומרענן לישוב. תהליך מסקרן וחיובי. מבחינתנו זוהי הוכחה נוספת לכך שהמקום הזה הוא פשוט מואר מכל הבחינות."

ואם כבר עסקינן בעתיד, מבקשים השניים להוסיף איחולים אישיים ואזוריים המשתרבים עם כמיהה לאומית לימים טובים יותר. "כולנו נושאים תפילה שכל החטופים ישובו אלינו, במהרה ככל האפשר, ושהמלחמה תסתיים. זה הדבר העיקרי שלצערי ממשך להעסיק אותנו מזה כשנה וחצי. ברמה המקומית, נמשיך להיאבק על מנת שלא יוקמו טורבינות בסמוך לישוב, כך שהוא יוכל להישאר מקום קסום. מאחלים לכולנו הרבה בריאות, שהמקום הזה ימשיך לשמור על הצביון הכל כך ייחודי לו, בדגש של שמירה על הטבע וחופש אמיתי המורגש כאן בכל פינה."



נכה זה נשיש שניים

גבי צנטנר יונת מורדוך קשרו לפני כחמש וחצי שנים את גורלם בהר עמשא. על החיים מלאי החופש במרחב שבין מדבר וטבע, על העיסוקים האישיים המשתלבים עם נפלאות הסביבה ועד לכמיהה לשמירה על הצביון הייחודי במושב

קשה שלא להתפעל מכברת הדרך שעושה הר עמשא בשנים האחרונות. הישוב הקהילתי המהווה מקור גאווה למועצה האזורית תמר הולך ומתפתח בקצב מרשים. הדגש העיקרי בהקשר זה הוא על תושבים חדשים המחיים אותו והופכים אותו למקום קסום, כזה שאליו נשואות עיניהם של רבים המעוניינים לשלב בין חיים חדשים ושלווים יותר, המשקפים חופש במלוא מובן המילה.

שניים שבחרו לקחת את גורלם בידם ולבחור באורח החיים המתואר הם יונת מורדוך וגבי צנטנר, המשתפים בראיון מיוחד עימם רגע לפני בואו של חג החירות, את אשר על ליבם.

הם מכירים תריסר שנים, זאת לאחר היכרות דרך חבר משותף. הוא (56) נולד בארגנטינה ועלה ארצה בגיל 5 ישירות לערד. היא (46) במקור מתל-אביב, אשר מצאה את עצמה בהמשך נעה ונדה בין מחוזות שונים, לרבות ירושלים וכן כחלק ממסע שלם של נדודים במדבר, ביניהם בשחרות, שדה בוקר וקטורה שבערבה.

גבי עובד ברשות הטבע והגנים מזה כעשור. תחילה כפקח וסגן מנהל שמורת עין גדי, ובהמשך כמנהל הגן הלאומי תל-ערד, תפקיד אותו הוא ממשיך למלא בשליחות עד היום. ההיכרות הראשונית עבורו עם הר עמשא החלה דרך טיולים שערך בצעירותו בעיר יתיר, ולימים הגיעה שוב דרך רכז ועדת הקליטה בישוב, עידן ויצמן. "הכרתי בחור נחמד שסיפר לי על הישוב ועל כך שנתרו מגרשים אחרונים

היה דבר מרענן שבאיזשהו מקום היינו כמהים אליו."

מאז אותה התאהבות ראשונית החלו השניים בתכנון ביתם המבוסס על שלד עץ והמפקריט (Hempcrete), חומר בניה אקולוגי המשמש לבניית קירות, מחיצות, גגות וכן כחומר מבודד המותאם לתנאי מזג האוויר הקיצוניים במרחב, שהינם אידיאליים לחום ולקור המאפיינים את האקלים המקומי בהר עמשא.

מתאקלמים ונהנים

קצת יותר מחצי שנה מאז השתקעו בהר (עדיין לא ביתם החדש שנמצא בשלבי בניה) מספרים עדי ויוגב על חיים משוחררים ומלאי סיפוק, להם ולילדיהם במחוזותיו. עדי מציינת כי "לילדים זה פשוט חלום. כל היום הם מבלים אצל חברים, מסתובבים בחופשיות, ממש סוג של קומונה. שניהם נמצאים גם במעון חדש במבנה מודרני עם מספר מצומצם של ילדים, יחס אישי וחם. משהו שהוא בכלל לא מובן מאליו. כמשפחה נשמח להעמיק את הקשרים החברתיים. הבית שלנו פתוח לקהילה כאן."

יוגב ועדי מספרים כי הם עדיין מתאקלמים וגם הנהנים מכל רגע מהשתלבות בקהילה אשר חיבקה אותם מהרגע הראשון. עדי מציינת כי היא מגבשת את תחומי המקצוע שלה, ומדגישה כי המעטפת החברתית שהיא זוכה לה בהר, בין אם באירועים הקהילתיים או סתם ביחס היום-יומי, הופכת את ההסתגלות להרבה יותר מהירה ונעימה. "אנו רואים זאת על עצמנו, כמי שבמשך תקופה ארוכה בונים כאן בישוב. מהר מאוד הפכנו למאוד מעורבים עם השכנים. אנשים מדהימים אחד אחד שנותנים כתף בכל מה שצריך. אנחנו בהחלט מרגישים שזכינו במובן הזה להגיע לכאן."

במבט צופה עתיד מאחלים השניים שבנית ביתם תסתיים בקרוב. "תקופת המלחמה בהחלט השפיעה בהקשר הזה. במציאות שפוייה יותר, סביר להניח שכבר היינו בבית החדש. המלחמה בהחלט גרמה לעיכובים וקושי באיתור וגיוס העובדים המתאימים לקידום וסיום הליך הבנייה. בהזדמנות זו נאחל לישוב שימשיך בתהליך ההתחדשות ויצרף אליו עוד ועוד משפחות חדשות, מה שיוכל לבסס עוד יותר קהילה חמה ומלוכדת."



"הקסם של הר עמשא כמו בהודו"

כאשר במסגרת התמחותה היא מנהלת הזמנות של תכשיטים מיוחדים מזהב וכסף. בקרוב עדי צפויה להשיק גם קולקציה חדשה של תכשיטים פרי עיצובה, תכנונה ויצירתה. ואם לא די בכך, מדובר גם במדריכת פילאטיס מוסמכת. ממש בימים אלה מתחילה להתגבש קבוצה ראשונה בהדרכתה בהר (כולל אימונים אישיים למעוניינים).

בשיחה עם "עלי תמר" משתפים השניים לגבי הלבטים והתחושות שקדמו למעבר ליישוב. "חיפשנו במשך תקופה מקום חדש אליו נוכל לעבור, מקום שהוא לא עיר עם ייב שונה ומיוחד. בהתחלה עברנו בין הישובים הסמוכים לירושלים, אבל זה מהר מאוד ירד מן הפרק בשל שלל סיבות, כגון היעדר מגרשים פנויים, עלויות יקרות והמתנה ארוכה מאוד לוועדות הרשמה. על הר עמשא שמענו לראשונה דרך זוג חברים משותפים. לא נשכח את הפעם הראשונה. זה היה לפני 7 שנים אמנם, אבל מיד הרגשנו שזהו המקום הנכון עבורנו."

עדי מוסיפה: "אחרי שהתחננו בילינו את ירח הדבש שלנו בהודו. מי שמבקר בהודו וצועד באזוריה, מרגיש ויודע עד כמה החוויה שונה ואחרת לחלוטין. כשהגענו בפעם הראשונה להר עמשא בפעם הראשונה, התרגשנו מיד. הרגשנו הכי קרוב לרוגע שחשנו בהודו. הרבה ירוק, יער וטבע. אנשים חייכניים, כשכולם חברים של כולם. משהו בשילוב הזה, יחד עם השקט שיש במקום הזה קנה אותנו. במיוחד אחרי שאתה נמצא בעיר, פתאום לקבל את הניגודיות הכל כך חדה הזו

עדי ויוגב קחטן השתקעו לפני כחצי שנה בהר עמשא ומאשרים עד הגג. בראיון מיוחד הם מספרים על המעבר המיוחל מן העיר אל הישוב הקהילתי, על ההתאקלמות שאופף אותו

המועצה האזורית תמר וישוביה חרתו על דגלם כאבן יסוד את חיזוק הקהילה והתושבים, מתוך ראייה בהם כמי שהיו אחראים על גורלם ויוכלו כמאמר הקליטאה 'להפריח את השממה' שבאזורנו.

ואם כבר בסימן התחדשות, אין כמו להתגאות בתושבים חדשים שהחליטו לקשור את גורלם במרחב הייחודי בו אנו חיים ולהפוך לחלק אינטגרלי ממנו. הכירו את משפחת קחטן - עדי ויוגב ושני ילדיהם הקטנים - זוהר (4.5) ואור (1).

הם הגיעו אל ההר ממש לא מזמן, יותר נכון באוקטובר 2024, בעודם עושים את כל הדרך ממעלה אדומים, שם התגוררו במשך שבע שנים.

אבי המשפחה, יוגב, הינו מנהל פרויקטים בחברת 'אלקטרה'. במסגרת התפקיד הוא אף אחראי על אחד מתתי הפרויקט של 'הקו הירוק'. לדבריו, מדובר בעבודה מאתגרת עם קושי רב, שכן בשל הריחוק בין מקום המגורים לעבודה, ושעות נסיעה ארוכות, הוא נאלץ לשהות וללון יומיים בשבוע בעיר אחרת.

עדי, בוגרת בצלאל, מתמחה בעיצוב ויצור תכשיטים חדשים וישנים. בנוסף, היא עורכת סדנאות אומנות ותכשיטנות,

עונת האביב 'הגראנד פינאלה' שלפני הקיץ

ד"ר עודד קינן, תושב נאות הכיכר, מנהל פיתוח אקדמי, מו"פ מדבר יום המלח



עגורים מעל שמורת שיף



זרון סוף זכר מעל מאגר חבבה



צופית זכר



חסידות שמורת בנימין שיף

בישובי המוא"ז תמר הוא הסיקסק. נדמה כי לסיקסקים יש ביטחון עצמי כה רב שהם יכולים לבחור גומת קרקע ולהטיל ארבע ביצים חומות ומנוקדות גם בלב גן השעשועים שבמושב או בשבילי הכניסה לבתים. כאשר מגיע טורף פוטנציאלי (כדוגמת ילד שחשקה נפשו להתגלש או להתנדנד) מתחילים הסיקסקים לצווח, לצרוח ולצלול לעבר הטורף האכזר. צלילות אלו הופכות לאגרסיביות יותר כשמדובר בכלב או חתול ואז גם עלול הסיקסק לפגוע בחיה האומללה בעזרת הדרבן החד שממוקם במפרק כנפיו. כעבור 20 יום לערך בוקעים האפרוחים ולאורך תקופה של מספר שבועות ניתן לראותם רצים סביב הוריהם ונעלמים במפתיע, בהסוואה מדהימה עם פני הקרקע, כאשר מגיע טורף.

וכך מסתיים האביב, בקריאת תיגר על הקיץ, ביצירה של חיים חדשים. אלו שישרדו את הקיץ הקשה של ארץ יום המלח יזכו להנות מהאביב המופלא בשנה הבאה, לנדוד ולהתרבות. ואנחנו, אנחנו נעבור את הקיץ מתוך הידיעה שבשנה הבאה יבוא שוב האביב, ימרק ויצחצח את המרחב, ימלא אותו בנדידה, בשירה ובגוזלים. איזה כיף שיש גם הפתעות צפויות.

הרבייה מתחילה בדרך כלל בשלהי ינואר ומתגברת ככל שמתגברת הפריחה ואיתה גם מלאי המזון- חרקים ופירות. בתקופה זו אנו מתחילים לשמוע את שירתן של הציפורים בכל מקום. דרורי הבית מתחילים לשפץ במרץ את הקינים העצומים שלהם ולהציגם לראווה לנקבות (לא סתם נחשבים הדרורים לקרוביהם של האורגים האפריקאים), זכרי הצופיות מתחילים להציג לראווה את הכתם הכתום בבסיס הכנף שלהם (ומי שלא ראה אותו מומלץ לו שיעקוב אחר צופית מקרוב, השילוב של הצבעים הפיזיקלים יחד עם הדוגמא הכתומה העדינה בבסיס הכנף הוא מרהיב), והחנקנים הגדולים מתחילים לשפד טרף במרץ על גבי השיטים וגדרות התיל כדי להציג את איכות הטריטוריה שלהם. גם הזנבנים מתחילים במלאכת החיזור, הזכר והנקבה השליטים בורחים חרש חרש מהקבוצה וכשאף אחד לא רואה מעניק הזכר לנקבה מתנה קטנה- מקל, אבן, או חתיכת עלה, וכשהיא מתרצה הוא עולה עליה בזריזות לאקט מיני קצר וקולני. בכלל, באביב הופך הטבע לכמעט פורנוגרפי, עת על כל חוט חשמל וכל בית רעפים עוגבים היונים על היונות והדרורים על הדרורות. אחד הדוגרים הבולטים ביותר

ביותר לטעמי. בשבוע הראשון של מאי, עטור מצחו של המדבר בזהב שחור. להקות של זהבנים נעות בין ענפי השיטים וצבעם המדהים מבליח לרגע בשמי המדבר. הזכרים צבועים בצבעי שחור וצהוב ואילו הנקבות והצעירים דלים יותר בצבעם, אך עדיין מרשימים ביופיים. בתקופה זו אפשר לנוע בבוקר ולשמוע נגינת חליל ענוגה בין השיטים. אלו הזכרים (לא סתם נקראים בשם זהבן מחלל) שמתחילים להתאמן על שירתם. תמיד הפתיע אותי כיצד הטבע מאפשר לציפורים כל כך בולטות להתקיים, אבל אז אני פוגש את הזהבנים בצפון הארץ (או לחילופין באירופה), בין עצי התות או עצים נשירים אחרים, ושם, ברגע שהזהבן נכנס בין הענפים, הוא מתמזג עם צבעם של העלים וכבר כמעט לא ניתן לראותו. ואז לקראת סוף מאי, עם הגעתו של הבז השחור למעוז קינונו הקבוע שמעל נחל תמר, הקיץ מגיע והטבע משתק למספר חודשים.

אך לא רק הנדידה משגעת את הטבע באביב, גם הציפורים היציבות, והמעטות המצטרפות אליהן לתקופת הקינון והקיץ (דוגמאת הרחם, החמרייה חלודת הזנב ואחרים) מתחילות להשתגע עם בוא האביב. עונת

חרש בלילה ומפתיעות אותנו בבקרים בחצרות הבתים ובשמורות הטבע. הטיורף הזה נמשך לתוך אפריל כשלהקות השרקקים מתחילות להגיע וקולם משרקק ומודיע על בואם עוד בטרם הספקנו לראותם. ציפורי שיר נדירות, כדוגמת החמרייה השחורה, הסבכי הרונו, האיריניה וסלעית הבזלות משגעות את הצפרים שקופצים ממקום למקום ברחבי המדבר במטרה לראותן. ואז מגיע מאי. למרות שבמאי האביב מתחיל להפסיד במאבק בקיץ, וגלי החום הכבד מתחילים לתפוס את מקומם שבשגרה, דווקא אז מתרחש החלק הקסום ביותר בנדידה (לפחות לפי דעתי), כאילו האביב מבין שההפסד קרוב ומחליט ללכת בגדול.

בתחילת עד אמצע מאי עוברות להקות ענק של איות צרעים וניצים קצרי אצבעות מעל שבר בקע יום המלח. למעלה מ-100,000 איות ו-50,000 ניצים קצרי אצבעות חוצים את המרחב בתחילת מאי, התצפית הטובה ביותר בתופעה מדהימה זו היא בהרי אילת, אך גם אלינו מגיעים "טפטופים" של כמה אלפי ציפורים ממינים אלו. בתקופה זו גם מגיעה הציפור הנודדת היפה והמיוחדת

ואזניו מכירות את הקולות. גם יודע שמאבקי העונות הולכים ונחלשים דווקא לקראת ההכרעה, וכשזו מגיעה הם לא מסתיימים בנצחון המנצח אלא בכניעת המובס.

ואכן, מי שמבלה את זמנו בשטח יודע לזהות את השלב שבו מתחילים החורף והאביב להיאבק זה בזה, גם, ואולי אף במיוחד, במדבר. בארץ יום המלח, האביב הוא שיא השיאים, ה"גראנד פינאלה" שלפני הקיץ הקשה.

יודע גם כל צפר וחובב טבע המסתובב במרחב שלניצחון האביב על החורף יש סדר קבוע וברור שאינו בר שינוי. הוא מתחיל בחודש פברואר בטפטוף של עופות דורסים, כדוגמת זרני סוף ולהקות גדולות של סנוניות רפתות שצדות חרקים מסביב לחממות. לקראת סוף החודש מתחילות להגיע החסידות. בימים אלו לא מפסיק הטלפון שלי לצלצל מדיווחים שלכם על להקות ענק שנוחתות ברחבי המדבר וצובעות אותו בצבעים של שחור ולבן. במהלך חודש מרץ כבר מתחיל השיגעון הגדול - דורסים גדולים, להקות עגורים קולניות המצטרפות לחבריהם שנשארו לחרוף באגמון החולה וממשיכות לנדוד לעבר רוסיה, והמון המון ציפורי שיר שנודדות

ציפורים הן חופשיות במרחב. הן סמל לדרור ושחרור בלתי נגמר, ומעוררות התפעלות בכל פעם מחדש. אז, כיצד הן מצליחות להשתלב באזורנו? התשובות בפנים

אתה יוצא מחוץ לעיר וככה סתם פה תופס שלווח ומתפעל "נו מה תגידי?" כי כל שדה עורך תצוגת אופנה חנים פה וכל פרס הוא פרפורמריה ענקית

וציפורים ששכחו לקפוא מקור פוצחות שירה עברית ישר מהמקור וזה לגמרי לא חדש אך טוב לדעת שארצך אולי קטנה, אך משגעת.

(אביב, מילים: יוסי גמזו, ביצוע: הגשש החיוור)

בספרו "גינת בר" מקדיש מאיר שלו פרק קסום לעונות השנה. הוא מתאר כיצד בכל פעם שהוא מבלה במשך תקופה בחו"ל הוא מתחיל להתגעגע לעונות השנה בישראל, ובעיקר לאופן בו הן מתחלפות: "לא באחת אלא לאט לאט, בגינה הקרובה ובנוף הרחוק, ומי שגופו קשוב וזוכר, ועורו יודע את מגעיו השונים של האוויר,



מו"פ מדבר ים המלח
Dead Sea & Arava
Science Center

מחנה המדע בן גוריון בבב
Under the auspices of Ben-Gurion University of the Negev

יציאת מצרים של הצמחים: על השחרור שבמדבר

ד"ר אופיר כץ, מו"פ מדבר ים המלח



עץ אשל בחולות רמת-בקע שמדרום לבאר-שבע: הוא אמנם שולט בנוף ומעטים יכולים לצמוח תחתיו, אבל הוא אחד העצים היחידים שיכולים להתמודד עם הסביבה היבשה ואפילו לשגשג בה.



מוצא נחל בוקק אל חופי ים המלח: במקום שבו יש מים מתפתחת צמחיה עשירה שנשלטת על-ידי עצים, קנים ומינים שליטים אחרים. צמחי המדבר אינם יכולים להתחרות בהם.



מוצא נחל בוקק: כמה מטרים במורד הנחל, במקום בו העצים והקנים אינם שולטים, נמצא נבטים רבים של עצי אשל ושל צמחי מדבר אחרים, שנהנים מהיעדר התחרות. אגב, בעשורים האחרונים עצי האשל חודרים לעומק הנחל עקב המלחת המים הזורמים בו.

אשר בני-ישראל יצאו ממצרים והלכו במשך ארבעים שנים במדבר, הם כנראה לא הבינו עד כמה הסיפור שלהם דומה לסיפור של רבים מהצמחים שבסביבתם. כמוהם גם הצמחים, היו רבים, חלשים ומוחלשים שהשתחררו מעולם של שליטים עתירי-מזון ויכולת. אחד המודלים הוותיקים יותר באקולוגיה של הצמחים מבחין בין שלוש אסטרטגיות חיים עיקריות: השליטים, העמידים ומנצלי-ההזדמנויות.

השליטים הם אותם צמחים שיכולים לצמוח מהר יותר מאחרים, תוך כדי שהם משתלטים על המשאבים בשטח; מטבעם, הם מדכאים את האחרים. עצי האשל הנפוצים באזורנו הם דוגמה למינים כאלה. לא רק ששורשיהם מנצלים את מרבית משאבי המים שבשטח, הם גם מפרישים מהעלים חומרים שמדכאים נביטה של מינים אחרים. כמעט שום דבר לא יכול לצמוח תחת האשל, אבל האשל הוא רק "שליט מקומי". הוא אינו יכול להתחרות באורנים

של הרי-ירושלים, באלונים של הכרמל והגליל, ואפילו לא באלות ובשיזפים של הר-הנגב או בשיטים של נחלי-ים-המלח והערבה. אנו מוצאים אותו כמין שולט רק במקומות שבהם מינים אלה אינם יכולים לשגשג: במקומות בהם הקרקע יבשה מדי או מלוחה מדי; כי בסופו של דבר האשל הוא גם מין עמיד, במקרה זה ליובש ולמליחות.

העמידים הם אלה שיכולים להסתדר עם מעט המשאבים שנותרים, לשרוד ולהתקיים, ומטבעם הם חיים בצילם של השליטים. מטבע הדברים, רבים מצמחי המדבר הם צמחים עמידים שיכולים לשרוד את התנאים הקשים, אך במקומות שבהם מצליח להתבסס מין שליט, הם לעולם יחסו תחתיו. עמידות, כמובן, אינה עניין של מה בכך, ודאי שלא במדבר. צמחים רבים פיתחו עמידויות למגוון רחב של עקות (stresses) כגון יובש, מליחות, חום, קור, מזיקים, רעייה, מחלות ועוד. חלק ממנגנונים אלה הם פיסיוולוגיים-

כימיים, ולעתים קרובות רעילים; חלקם פיסיקליים כגון רקמות קשות וחזקות (או דוקרניות); וחלקם מתבססים על שיטות "התחמקות" כמו גודל קטן, ריבוי חלקים תת-קרקעיים (הבצל של החצב הוא כנראה הדוגמה הקלאסית) וכו'. המשותף לרוב המנגנונים האלה הוא העלויות האנרגטיות שלהם, שגורמות לצימוח איטי שמונע מהמינים העמידים להתחרות בשליטים.

מנצלי-ההזדמנויות הם אלה שמצליחים למצוא את אותם מקומות שבהם, ולו לתקופה קצרה, אין להם מתחרים. כאלה הם למשל הצמחים הראשונים שיופיעו במקומות ש"התפנו" משליטיהם. דוגמאות לכך הם למשל שטחים שנפגעו משריפה, שטחים שנפגעו מפעילות אנושית כמו בירוא יערות או עבודות עפר, וכיוצא באלה. דוגמה שבוודאי מוכרת לרובכם, אפילו אם לא חשבתם עליה במונחים כאלה, היא "העשבים הרעים" בגינות הפרטיות ובשטחים החקלאיים. אלה צמחים

שמנצלים את ההשקיה והדישון שאנחנו מספקים כדי לצמוח. הם גם צומחים מהר כדי לנצל אותם כמה שיותר מהר ולפני שייגמר. אבל כמו שהם צומחים מהר, כך הם גם מתים מהר. במקום שבו עמד יער ונשרף, ישלטו לבסוף עצי היער. מנצלי ההזדמנויות, כמו ההזדמנויות שהם מנצלים, הם בסופו של דבר בני-חלוף.

ללמוד מהטבע שסביבנו

בחזרה לבני-ישראל ולצמחי המדבר. האם נגזר גורלם של הצמחים העמידים, בני-ישראל בסיפורנו, לחסות תמיד תחת צילם של שליטים פרעונים? בהחלט לא, בהינתן התנאים הנכונים. בעלי-חיים צמחוניים, למשל, יעדיפו לרוב לאכול דווקא את הצמחים השליטים, מכיוון שיש יותר מהם ומכיוון שפעמים רבות הצימוח המהיר שלהם מתאפיין בהשקעה מועטה בהגנות. הצמחים העמידים פחות בולטים לעין, ועמידותם לתנאים הקשים מתבטאת

פעמים רבות במנגנונים פיסיוולוגיים וכימיים שגם הופכים אותם למזון פחות איכותי. רעייה היא ההזדמנות שלהם להשתחרר. דוגמה יפה היא אחת משמורות הטבע הראשונות בישראל: גבעת הכלניות בשרון. כדי להגן על הכלניות, גידרו את הגבעה. בכך נמנעה כניסתן של הפרות, שכיסחו את הצמחים השליטים שדיכאו והסתירו את הכלניות (ואפילו הפכו אותם לדשן איכותי עבור הכלניות). בלי פרות, היו פחות כלניות בגבעה. הלקח נלמד, וכיום אנו יודעים שאת שמורות הטבע צריך לנהל כמערכות אקולוגיות שלמות שבהן כל מין מקומי וטבעי חשוב לקיומם של האחרים.

מקום אחר שבו אפשר להשתחרר מתחרות הוא המדבר. המחסור במים, שגם מקשה על צמחים לקלוט חומרי-הזנה חיוניים מהקרקע, היעדר הצל והחום הכבד - כל אלה הופכים את המדבר לסביבה עוינת עבור כלל הצמחים, אך בעיקר עבור השליטים.

כדי לשלוט הם צריכים לצמוח מהר, וכדי לצמוח מהר הם צריכים מים, חומרי-הזנה ותנאים נוחים. בהיעדר אלה, צמחים שליטים מוגבלים למיקרו-סביבות טובות, כמו סביב מעיינות. שאר השטח, קשה ככל שיהיה, הוא נחלתם של העמידים. ואפילו האשל, שקודם האשמתי בהיותו שליט דכאן, הוא למעשה מין עמיד שיכול לשגשג רק בבתי-גידול מלוחים יחסית, שבהם השליטים "האמיתיים" מתקשים לשרוד.

ומה לגבי ימינו ולגבי עולמם של בני-האדם? מיהם השליטים, מיהם העמידים ומיהם מנצלי ההזדמנויות? את הפרשנויות הפוליטיות שאיר לקוראים. אך אומר רק זאת: אנחנו יכולים ללמוד הרבה מהטבע שסביבנו. עלינו רק להביט, לחשוב ולהבין. הטבע, ובפרט המדבר, הוא מקום מעולה לכך. חובתנו לשמור עליו למענם ולמעננו.

חם חירות לחמה

מתוך ספר השירה והציור
של אסתר אפריאט מלול, נאות הכיכר
"כנני שירה ומכחול"
כתבה מורחבת בעמוד ???



esther