

# ידיעון גני שרונים

נובמבר 2013

דיירים יקרים,

אנחנו נמצאים עכשיו בחודש נובמבר, החודש מספר 11 בלוח השנה. חודש זה מביא עימו את הסתיו והקלה במזג האוויר החם. ואיננו זקוקים עוד למזגן בכל שעות היום. בלילות כבר קריר יותר, ביום נעים יותר ואור היום מתקצר. ככל שאני מתבגרת, אני מתחילה לחוות את חיי כמו עונות השנה. לטעמי כל עונה מביאה איתה משהו חדש, בדיוק כפי שכל שינוי בחיינו מביא.



בסתיו אני אוהבת לראות את השינוי בצבע העלים שעל העצים, ולהריח את ריחות הסתיו כאשר הקיץ מגיע לסופו ומפנה מקום לעונה הבאה. באנלוגיה לחיינו, אצלנו העונה המדוברת היא "גני שרונים", גידלנו את ילדינו ועבדנו קשה כל חיינו עכשיו תורנו לקצור את הפירות ולהנות מחיינו, משפחותינו ומהזמן הפנוי ולהשאיר את העבודה הקשה לדורות הבאים.

כפי שאתם שמים לב אני מתייחסת אליכם כ"אנחנו" וזאת מכיוון שאני מרגישה שאני חלק מכם. אני מתארת לעצמי כמה קשה היה לקחת החלטה ולחוות שינוי של מעבר מהבית אותו הכרתם (לא משנה מהי הסיבה למעבר) לדיור מוגן ולהיות חלק מקהילה ולהתחיל עונה חדשה בחייכם.

המעבר הזה ממגורים בדירה גדולה עם כל הרכוש אשר צברתם עם השנים, אשר חלקו מעלה בכם זיכרונות וסנטימנטים. הצורך להיפרד מאלו ולהסתפק רק בחלק מזה ובדירה קטנה יותר אינו תהליך פשוט כלל ואני יודעת זאת מכיוון שחוויתי תהליך זה גם עם הוריי וגם עם חמותי ז"ל.

התהליך הרגשי אותו אנו חווים כאשר אנחנו מתחילים את חיינו כמבוגרים צעירים והתהליך הרגשי אותו חווים כאשר לוקחים החלטה לעבור לקהילת דיור מוגן הינם שונים לגמרי. פתאום זה או "אנחנו" במובן הזוגי או רק "אני" שינוי מחשבתי משמעותי מאידך שחיינו עד כה בדאגה למשפחה, סדר עדיפויות שונה לגמרי.

ישנם סיבות רבות למעבר לדיור מוגן אך לרוב הסיבה העיקרית הינה בדידות והידיעה כי במעבר לקהילה כזו נזכה במערכת תמיכה סביבנו. יחד אם זאת, לעשות את הצעד הזה מאוד מפחיד ויכול ליצור בנו אי נוחות רבה מכיוון שישנם הרבה חששות כמו: איך אשתלב בקהילה החדשה? האם יקבלו אותי? איך אסתדר בדירה קטנה ובלי מחצית מרכושי? בעצם אותו פחד מוכר מכל התחלה חדשה שחווים בחיים.

אנחנו כולנו שונים ולכל אחד מאיתנו יתרונות וחסרונות ולכל אחד הייחודיות שלו. אך דבר אחד משותף לכולנו והם רגשות ותחושות. אני זוכרת כשילדי היו בבית

# ידיעון גני שרונים

הספר והיו חוזרים הביתה ובוכים כי הם מרגישים שונים מכולם והיו בוכים כי הם אינם מרגישים שייכים ושלא מקבלים אותם. הסברתי להם שלא רק הם מרגישים כך אלא גם חבריהם ואין אדם שבשלב כזה או אחר לא חש כך. היום כאנשים בוגרים הם מבינים את שהסברתי להם ומסכימים איתי.



פה ב"גני שרונים" אנחנו עושים כמיטב יכולתנו על מנת לספק לכם את כל צרכיכם: הן ברמה האישית והן ברמה החברתית. מרגע הגיעכם ל"גני שרונים", הצוות והדיירים קיבלו אתכם בידיים פתוחות ולב פתוח בניסיון להקל על המעבר והקליטה שלכם. בעוד אתם נקלטים בביתכם החדש, חלקכם מהר יותר חלקכם לאט יותר, כל אחד בקצב שלו בהתאם לאופיו.

לזוג בדרך כלל המעבר הינו קצת יותר קל וליחיד לעיתים יותר קשה אך אנחנו ב"גני שרונים" משתדלים לספק לכם את כל מה שצריך לקליטה מהירה וטובה. אני חושבת שאחד מהאמצעים החברתיים להכיר את הדיירים ולהתערות חברתית בבית, זה הקפה והעוגה של אחר הצהריים.

למען האמת זוהי השעה האהובה עליי ביום וכשאני ב"גני שרונים" בשעה זו אני אוהבת לעזור בהפעלה. בשבילי, לראות את חיוביכם, לשמוע את הסיפורים שלכם, לקבל מכם חיבוק ונשיקה, משמח אותי מאוד. תקוותי היא, שכשאתם רואים את הפנים החדשות האלה סביבכם, שתחבקו אותם ותעודדו אותם ותסייעו להם להפוך לחלק מהמשפחה שלנו.

כולנו בני אדם ויש לנו לעיתים את הנטייה לשפוט אנשים לא בכוונה מבלי לעצור ולחשוב מה האחר עלול להרגיש או מהי ההיסטוריה שלו. אני פונה אליכם ומבקשת מכל אחד ואחת מכם, נסו להיות סבלניים וסובלניים אחד אל השני, להבין ולקבל, כי כולנו שונים אך שווים. אני חושבת שיש סיפוק רב בלדעת שגרמת לאדם אחר לחייך, או עזרת לאחר גם אם אינך בהכרח מחבב אותו.

להיות חלק מקהילה כזו כמו שיש ב"גני שרונים" זו ברכה מכיוון שאתם זוכים מכל הכיוונים. אתם זוכים לשמור על פרטיותכם אך גם להיות חלק מקהילה וחברה, אתם זוכים לקחת חלק בפעילויות שונות מגוונות ומהנות. יש לכם את הבחירה לעשות מה שתרצו, להחליט במה לקחת חלק או על מה לוותר. תקשורת הינה גורם חשוב פה ב"גני שרונים".



על מנת שכולם יוכלו לחיות יחד בהרמוניה ועל מנת שאנחנו בהנהלה נדע מה אתם מרגישים. במידה ואתם אינכם מרוצים מדבר מה או אתם חושבים שיש לשנות דבר מה נשמח אם תתקשרו אלינו ותאמרו לנו. אנחנו כאן על מנת לשמח אתכם ולעזור לכם והדרך הטובה ביותר לכך היא, על ידי שיתוף פעולה שלכם עם הצוות והנהלה.

# ידיעון גני שרונים

לחיות יחד זה לא פשוט וגם לא קל לרצות את כולם, מילת המפתח לכך היא תקשורת חיובית והבנה אחד כלפי השני.

## למתנדבים שלנו.

כפי שכולכם יודעים יש לנו מספר אנשים פה בבית אשר תורמים ומקדישים מזמנם ומתנדבים לרווחתם של הדיירים. הצוות וההנהלה מעריכים את כל הדיירים אשר מתנדבים ומודים להם על כל עשייתם ופעילותם למען קהילת "גני שרונים".

אנו רוצים להודות לאנשים הבאים שנותנים מזמנם ומתנדבים. אנחנו מאוד מעריכים את תרומתכם.

גני שרונים

דיור מוגן | מחכים לך בבית

## בהוקרה ובהערכה לכל מתנדבינו:

**חיים גורסטמן** – שחרית שבת, עורך ומגיש מוסיקה מוקלטת, ערבי בינגו ועוד.

**ינקה וויסבוך** – מלמדת ברידגי למתקדמים.

**רות וג'ק טרפּלר** - מנהלים חידון טריוויה באנגלית.

**מרים גודאל** - מנחה סדנת קריאת שירה בצוותא.

**יפה שי** – מארגנת ערבי בינגו.

**אביבה שדה חן** – הקימה ומנחה מועדון "שישי נשי בכיף".

**שטרומינגר טניה** – מנהלת תחרויות ברידגי.

**פנינה דרימר** – מגישה מפגשים של "טיולי כורסא".

**בן דב צבי** – מארגן ועורך תערוכות ציור.

**זהבה ניר** - אחראית הספרייה בעברית.

**רחל טוקטלי** – אחראית הספרייה באנגלית ועורכת את עיתון הדיירים הדו שנתני.

**צבי ואסתר ברק** - מארגנים את "מפגש רעים".

**אברהם צביון ז"ל** שהלך לעולמו בחודש אוקטובר – קידש על היין בערבי שבת.



# ידיעון גני שרונים

**רבים מדיירינו התנדבו בעבר ותרמו לקהילה.**

גאולה ואני מבקשות להרכיב קבוצה של מתנדבים אשר יהיו מוכנים לעזור ולתרום מזמנם וכשרונם והפעם לקהילת "גני שרונים".

הודעה על כך תפורסם על הלוח, וכל מי שמעוניין מוזמן להירשם.



**משולחנה של גאולה**

**"יום בריאות ב"גני שרונים"**

בימינו אנשים בגיל מבוגר נמצאים במלוא מרצם ואונם ונהנים מקרבת בני משפחתם, חברים ופעילות מגוונת.

בתקופה זו של החיים יש חשיבות לשמירה על אורח חיים בריא, תזונה נאותה, פעילות גופנית וכמובן טיפול בבעיות בריאותיות כאשר הן מתעוררות.

**יום שלישי 5.11.13 יוקדש לנושא הבריאות.**

הזדמנות לעורר עניין בנושאי בריאות שונים, הפעם נשים דגש על טיפולים נוספים **שלא במסגרת הרפואה הקונבנציונלית.**



נפתח את היום בסדנת צחוק. בואו ללמוד איך לוקחים את החיים יותר בקלות, משפרים את ההומור, התקשורת הבינאישית, האושר והבריאות וצוחקים יותר, עם רותי חי.

טיפול שיאצו, שיטת הטיפול שמקורה ביפן, משמעות המילה – "לחץ בעזרת האצבעות" מטרת הטיפול, שחרור ואיזון כללי והרפיית שרירים.



**הרצאות באודיטוריום (יש לעקוב אחרי הפרסומים)**

דוכני מכירות:



תוספי מזון  
מכשירים להקלת כאבים  
בדיקות עיניים  
אביזרי נוחות לגיל השלישי להקלת התפקוד היומיומי.  
הצעות לביטוחי בריאות שונים  
ועוד ...

**גני שרונים**



מחכים לך בבית

דייר מוגן

# ידיעון גני שרונים

נסיים את היום עם ניסים קריספיל סופר, חוקר ואנתרופולוג, מומחה לצמחי מרפא. אז להתראות ביום הבריאות!

בעניין אחר, בסוף חודש נובמבר נדליק נר ראשון של חנוכה, בכל ערב נדליק את נרות החג ביחד, בברכה ובשיר. לקראת החג:

"נלך לאור העזרה, התפילה, המילה הטובה – והמעשים הטובים יהיו נר לרגלינו".

מאחלת לכם בריאות ואור!



גאולה



ברוכים הבאים

אנו מברכים את רחל ברקוביץ ודניאל שוץ עם הצטרפם למשפחת גני שרונים שלנו. אנו מאחלים לכם הרבה מזל, בריאות טובה ואושר בביתכם החדש.



איחולי החלמה:

לדיירינו המאושפזים בבית חולים ולאילו המחלימים בביתם, אנו מאחלים לכולכם החלמה מהירה ובריאות טובה.



מזל טוב:

לכל ילידי חודש נובמבר, מאחלים לכם מזל טוב ליום הולדתכם.

לנינה מהנה"ח, לריקי האחות, אהוד מהקבלה, החוגגים את יום הולדתם החודש, איחולי מזל טוב מכולם.

אנו מברכים אתכם בבריאות טובה, אושר, הצלחה, אהבה ממשפחתכם וחבריכם.

# ידיעון גני שרונים



## תנחומים

בית "גני שרונים" אבל על פטירת הדיירים ד"ר אברהם צביון ורות קמני.

ד"ר אברהם צביון ז"ל.

אברהם נולד ב-1925 בלטביה, עלה לישראל בשנת 1930. גדל במשפחה דתית בפתח תקווה ובגיל 17 עזב את הדת. במשך 20 שנה שרת בצבא, היה נוטר ושרת בהגנה ובצה"ל. אברהם פנה לתחום החינוך וכל חייו עסק בפרויקטים חינוכיים, הן במסגרת משרד החינוך והן ביוזמות פרטיות. את הדוקטורט שלו עשה באוניברסיטה העברית בירושלים.

בין הפרויקטים הזכורים ביותר שלו:

"תהילה" (במסגרת משרד החינוך) והקמת עמותת "אבות ומייסדים" אשר עורכת סמינרים בהם לומדים בין השאר, היסטוריה, פילוסופיה, לימודי א"י ועוד. לאברהם בת ובן ושבעה נכדים.

אברהם נפטר ב- 11.10.13

## רות קמני

רות נולדה בפולין בשנת 1924 ועלתה לארץ בשנת 1946.

היא הייתה אישה צנועה ושקטה והתאפיינה בנועם הליכותיה.

רות קשרה קשרים מועטים במהלך שהותה בגני שרונים, אולם הייתה קשורה מאוד לנכדותיה. בחודש שעבר הלכה לעולמה.

יהי זכרם ברוך.

אנו מבקשים להביע את תנחומינו על פטירת בתה של **בת שבע גולדווסר**, מי ייתן ולא תדעי עוד צער.

אנו מאחלים לכם חודש בריא ומאושר.

"בריאות לקויה של גוף או של נפש, היא תבוסה. בריאות לבדה היא ניצחון. תן לכל הגברים, אם הם יכולים לשלוט בזה, להצליח להישאר בריאים." תומס קרלייל (תרגום חופשי)



מרסל

# ידיעון גני שרונים



**צחוק יפה לבריאות:**

אישה מבוגרת מתל אביב, ביקשה להכין את צוואתה. היא באה לרב וביקשה ממנו שימלא את שתי בקשותיה האחרונות. היא ביקשה שבמותה, ישרפו את גופתה ויפזרו את האפר מעל מגדלי עזריאלי.

מגדלי עזריאלי? שאל הרב, למה?

כך אוכל להיות בטוחה שבתי תבקר אותי לפחות פעמיים בשבוע.

**האירוסין:**

רות וגולדה טיילו לאורך הירקון. רות אומרת לגולדה, בני מתן מתחתן. הוא אמר שהוא מאורס לבחורה נפלאה, אולם הוא חושב שיש לה הרפס.

שואלת גולדה: מה זה הרפס? והאם הוא יכול להידבק?

רות עונה: לא, אבל אני כל כך שמחה לשמוע על האירוסין של מתן. היגיע הזמן כבר, לגבי ההרפס. מי יודע נחכה ונראה.

ובכן, אומרת גולדה, יש לי מילון רפואי מאוד טוב בבית, אני אחפש ואעדכן אותך.

גולדה הולכת לביתה מחפשת במילון ואז מתקשרת לרות. רות היא אומרת, מצאתי! אין לך מה לדאוג. הרפס היא מחלה של גויים.

**יום כיפור:**

ערב יום כיפור בבית כנסת לפני תפילת קול נדרי, נכנס השטן. כל המתפללים נכנסים לפניקה, צעקות אימה. מתחילה מהומה גדולה, אחד דוחף את השני. לבסוף בית הכנסת מתרוקן לגמרי ורק קשיש בן 83 נשאר על מקומו.

השטן מתקרב אל הקשיש ושואל: האם אתה יודע מי אני? עונה לו הקשיש, ודאי!

אז למה אינך בורח כמו האחרים? הזקן לא ענה.

השטן, מתוסכל מאוד אמר לו: אתה יודע, אני יכול למרר לך את החיים ולהפוך אותם לגיהנום, אני יכול לגרום לך למות בייסורים. תרגיש חופשי לעשות מה שאתה רוצה, ענה הזקן.

ענה השטן, גם לאחר מותך אוכל לגרום לך לייסורים שאינך יכול אפילו לדמיין. אמר לו הקשיש: אינך מפחיד אותי.

אני איני מבין אותך, הגיב השטן, למה אינך מפחד ממני? האם תוכל לענות לי לפחות על שאלה זו?

ענה הזקן: במשך 63 שנים הייתי נשוי לאחותך.



# ידיעון גני שרונים

## מועדון סרטים



מוצ"ש 16 לנובמבר 2013



מוצ"ש 09 לנובמבר 2013



מוצ"ש 02 לנובמבר 2013



מוצ"ש 30 לנובמבר 2013



מוצ"ש 23 לנובמבר 2013



יום שלישי 18 לנובמבר 2013

מאחלים לכולכם חודש נפלא.

ההנהלה והצוות.

גני שרונים

דיור מוגן | מחכים לך בבית