**הלוחם - גיליון 289**

**ביטאון ארגון נכי צה״ל |** ספטמבר-אוקטובר 2022 תשפ״ג

**תוכן עיניינים:**

[דיבורים בעלמא - עמוד 2](#דיבורים)

[מדברים במספרים חלוקת חבילות לחג - עמוד 3](#חבילות)

[עושים היסטוריה - עמוד 3](#היסטוריה)

[דבר היו"ר - עו"ד עידן קלימן, יו"ר ארגון נכי צה"ל - עמוד 4](#דברהיור)

[קיפאון בחירות - עמוד 4](#קיפאון)

[טור דעה - הבטח תם, תקיימו - עמוד 5](#הבטחתם)

[דבר מ״מ היו״ר - רפי כהן צמח - עמוד 6](#דברממ)

[קול קורא | ליווי וחונכות במשפחות עם פוסט טראומה - עמוד 7](#קולקורא)

[בקרוב יום ההוקרה 2022 - עמוד 8](#הוקרה)

[עדכונים וחדשות - עמוד 8](#עדכונים)

[משולחנות יושבי ראש המחוזות עמוד 10-11](#יורים)

[נעים להכיר - מנכ"ל יוסי מתתיהו - עמוד 12-13](#יוסי)

[בית מאזן בקהילה לנכי צה"ל - עמוד 14](#שחר)

[מהכרה להוקרה - לוחמי הקישון - עמוד 15](#קישון)

[האב הגדול - יוסקה לוטנברג, יו"ר הארגון לשעבר - עמוד 16-19](#יוסקה)

[רואה למרחקים ארוכים – משה וייס - עמוד 20-22](#משה)

[תוצרת קנדה – מסע אומץ בתנועה - עמוד 23-24](#קנדה)

[לבחור במה שטוב - יובל וגנר - עמוד 25](#יובל)

[מתחילים מחדש - פרופ' רפי חרותי - עמוד 26](#רפי)

[עדכון זכויות אוקטובר 2022 - אבנר גולן - עמוד 28](#אבנר)

[לומדים להשתפר - חיים ליפא - עמוד 30](#חיים)

[בני צבר - פסל - עמוד 32](#בני)

[ותחשבו על זה - אנני רויזמן - עמוד 33-34](#אנני)

**[דיבורים בעלמא](#דיבורים)**

**מחיר מחירון**

"אתה נמצא בערב כזה של אנשים נכים שנתנו את הנשמה שלהם למדינה, מה קרה אם היית נותן הדרן אחד. כולם יצאו מבוישים ומאוכזבים מההופעה שלו. את יודעת כמה הוא קיבל? 235 אלף שקל כולל תאורה והגברה. הייתי מתביישת לקחת סכום כזה מנכי צה"ל"

אביגיל שרעבי מאוכזבת קשות מהופעתו של עומר אדם בערב הוקרה למלווים של נכי צה"ל,

אתר מעריב, 10 באוגוסט

**חוכמת הנסתר**

"אני לא יושב בוועדת ההסכמות אז אני לא יודע בדיוק מה קורה שם, אנחנו רק מקבלים את ההחלטה עצמה. אני יודע באופן ברור שגם יש איזושהי אי הסכמה לגבי פערים, שאגב, אנחנו מסכימים עליהם, בעניין נכי הפוסט טראומה שצריכים לקבל פתרונות דיור יותר טובים"

עידן קלימן בראיון בגלי צה"ל בעקבות סירובה של ועדת ההסכמות לדיון בוועדת הרווחה לקריאה שנייה ושלישית של רפורמת נפש אחת, 31 באוגוסט

**יהלומים לנצח**

"לגבי הלומי הקרב, שמישהו הציע לקרוא להם יהלומי קרב, אני מאמץ בהחלט את הביטוי הזה" חגי רזניק, לשעבר מנכ"ל משרד הבינוי והשיכון, עמד בראש ועדת הדיור לנכי צה"ל בראיון בגלי צה"ל, 13 בספטמבר.

**עוד דחיפה קטנה**

"בהסתייגות קטנה אפשר לפתור ולקדם את הרפורמה כולה" חגי רזניק, באותו ראיון, מסביר מה צריך לעשות

**עכשיו אפשר לשדוד בנק**

"חברה צודקת נושאת אחריות גם למי שנמצאים בשוליה, למי שמעדו ונמצאו ראויים לעונש, וכעת, בכפוף לתנאים הכרחיים ומחייבים, זכאים לרחמים וחמלה, ולדלת פתוחה" הנשיא, יצחק הרצוג, בידיעה על הרחבת מעגל החנינה לכבוד שנת ה- 75 למדינה והכללת מבקשים מעל גיל 75, נכי צה"ל, הלומי קרב, ואזרחים שלזכותם נרשמה תרומה ייחודית לביטחון המדינה

**ד"ש עם שיר**

"אני מבקש להודות ללוחם אמיץ, עידן קלימן, יו"ר ארגון נכי צה"ל, שמשגיח עלינו ועל כל נכי צה"ל במסירות אבהית. עידן מתמודד כעת לצערי עם קשיים שנובעים מפציעתו ואני מאחל לו מכאן בשם כולנו רפואה שלמה, לו ולכל נכי צה"ל" שר הביטחון, בני גנץ, בדיון במליאת הכנסת בהצעת חוק הנכים, 15 באוגוסט

**[מדברים במספרים - חלוקת חבילות לחג](#חבילות)**

בסוף אוגוסט הגיעו למחסני ארגון לתת 40 חיילות ממערך הנפגעים ועוד 20 פצועי צה"ל למבצע אריזת חבילות מזון לחגי תשרי.

בתום 10 שעות עבודה, נארזו 1,650 חבילות.

במשך 3 שבועות חולקו החבילות, ברחבי הארץ ב- 5 מוקדי חלוקה

ובעזרת 50 מתנדבות ומתנדבים, מחיר כל חבילה 200 שקל והיא מכילה 5 פריטים:

פסטה, שימורים, דבש, שמן וקמח

330,000 שקל ערך המזון שחולק.

תודה לחברות שטראוס וסוגת שתרמו למבצע ולאגודת הידידים בישראל בראשות עדי שטראוס.

**[עושים היסטוריה - 1959](#היסטוריה)**

**בית קיי, נהריה**

חבורה של גברים בחליפות, עניבות ובלוריות מתנפנפות ברוח. ידיים בכיסים, שיחות חולין קטנות ואדם אחד מתכופף בחינניות של רקדן ומצביע על אבני הריצוף. הנוכחים עומדים מסביב לבריכה החדשה בבית קיי. בימים שלפני הכול כלול בטורקיה, היה בית קיי, בעיר הצפונית נהריה, אתר הנופש של כולם. המקום הוא כפר נופש קטן, עם חדרים, דשא והפינוק הנהדר של ברכת שחייה. האדם השלישי מימין בתצלום הוא אייב קיי, התורם האמריקאי הנדיב שאפשר את הרעיון הקצת מטורף של אתר נופש לנכי צה"ל בישראל הענייה של שנות החמישים. לרגל פתיחת ברכת השחייה הגיע קיי לביקור. האדם השני מימין הוא יוסקה לוטנברג, מהחברים הראשונים של ארגון נכי צה"ל ומהאנשים שפעלו למען המיזם. לאורך השנים אירח בית קיי אורחים רבים, מדי שנה קיימו בו ליל סדר חגיגי, ואורחים כמו שמעון פרס ויגאל אלון פקדו את המקום ושהו עם הנכים. לפני שנתיים החליט הארגון לסגור את בית קיי כאתר נופש. המקום ממשיך לפעול כאתר שיקום המציע שירותי פיזיותרפיה והידרותרפיה.   
צילום רפרודוקציה, באדיבות יוסף לוטנברג

**[דבר היו"ר - עו"ד עידן קלימן, יו"ר ארגון נכי צה"ל](#דברהיור)**

חברות וחברים יקרים,

אנו שמחים לקלוט לשורות הארגון מנכ"ל חדש, סגן אלוף במילואים, יוסי מתתיהו, שיהיה נדבך חשוב בהנהלת הארגון ויסייע לנו לעמוד ביעדי הנהגת הארגון ולהגביה את הרף כל העת.  
ראיון היכרות עם יוסי בהמשך.

על רקע הבחירות, יישומה של רפורמת נפש אחת נתקל בעיכובים הקשורים לחקיקה ואנו עושים את כל המאמצים כדי לקדם את אישור תזכיר החוק המצומצם בקריאה שנייה ושלישית.

ראו ידיעה בעמוד זה וטור דעה שפרסמתי בעיתונות.

אנו נערכים לאירועי יום ההוקרה ומקיימים פגישות בנושא, כדי שהאירועים יגיעו לכמה שיותר אנשים ויסמלו את ההוקרה שהעם רוחש לנכות ונכי צה"ל.

לקראת חגי תשרי חילקנו 1,650 ארגזי מזון למשפחות נזקקות. זה המקום להודות לחברי, עדי שטראוס ולחברי אגודת הידידים בישראל שעושים עבודת קודש.

בימים אלו אני מתמודד עם סבב נוסף של טיפולים במחלת הסרטן ואני מבקש להודות לכל מי ששלחו איחולי החלמה. אני ממשיך לעבוד מרחוק באמצעות הצוות המקצועי והתומך שסביבי. אני מבקש להודות מקרב הלב לרעי ושותפי לדרך, מ"מ יו"ר הארגון, רפי כהן צמח, ולחברותיי וחבריי להנהגת הארגון. כולכם חלק בלתי נפרד מתהליך ההחלמה שלי.

אני מאחל לכם ולבני ביתכם שנה טובה, שנה של בריאות, שגשוג, הצלחות והישגים.

שלכם ולמענכם,  
עו"ד עידן קלימן  
יו"ר ארגון נכי צה"ל

**[קיפאון בחירות](#קיפאון)**

**על אף הבטחות שניתנו מראש, חקיקה האמורה להשפיע על חייהם של 20 אלף נכים ונכות נתקעה בוועדת ההסכמות**

רפורמת נפש אחת מבקשת לתקן עוול ארוך שנים בכל הנוגע לטיפול בנכות ונכי צה"ל, והעניקה תשומת לב מיוחדת להתמודדות עם פוסט טראומה. כעת הארגון פועל בשיתוף משרד הביטחון כדי להעביר את תזכיר חוק הנכים בדיור וברכב. עלות התזכיר היא כ 7- אחוזים מכלל התקציב של רפורמת נפש אחת. מטרתו לתת סיוע מיידי לעשרות אלפי נכים החיים בתת תנאים, בשל אי התאמת הסיוע בדיור למציאות הכלכלית הנוכחית, ואלפים נוספים שזכותם לתנועה חופשית נפגעת אנושות עקב מחסור ברכב רפואי.

במשך חודשים רבים עבר התזכיר תהליכי ניסוח ומשא ומתן מול משרדי האוצר והביטחון. התזכיר הגיע לפתחה של ועדת השרים לחקיקה ערב פיזור הכנסת.

בתחילה נאמר שתזכיר החוק יוצג במסגרת פעולתה של ועדת ההסכמות, המגשרת בין האופוזיציה והקואליציה בנושאים אשר נמצאים בקונצנזוס ומאפשרת להמשיך לפעול גם בתקופה של ממשלת מעבר.

התזכיר עבר את ועדת השרים לענייני חקיקה וב- 15 באוגוסט עבר החוק בקריאה ראשונה במליאת הכנסת. לאחר מכן, ביקשה ח"כ אפרת רייטן, יו"ר ועדת העבודה והרווחה, לכנס את הוועדה כדי לדון בחוק והיא זכתה לסירוב מוועדת ההסכמות, בטענה שההסכמה בנוגע לחוק היא רק להעביר אותו בקריאה ראשונה.

כל מאמצי הארגון, כולל פניות אישיות ופרסומים בתקשורת, נתקלו בחומה בצורה. ראו מאמר דעה מאת יו"ר הארגון שהתפרסם בעיתונות.

מאמצע אוגוסט החוק תקוע, ללא סיכוי ממשי לעבור בכנסת הנוכחית. בקשותיה של ח"כ רייטן לכנס את הוועדה כדי לדון בו נתקלות בסירוב, והמגעים בין הפוליטיקאים בניסיון להעביר את החוק עוד בכנסת הזאת תמו, עקב חוסר הרצון של האופוזיציה לדון בחוק העומד על הפרק.

כל שנותר לנו בעת הזאת הוא להמתין לכינונה של הכנסת הבאה כדי להמשיך את הפעולות לקידום החוק מהנקודה שעצרנו בה בכנסת הנוכחית: לאחר מעבר בקריאה ראשונה ולפני דיונים בוועדה בפרטי החוק ושיפורו לקראת קריאה שנייה ושלישית.

**טור דעה**

מאת יו"ר הארגון, "מעריב" 21 בספטמבר

**[הבטחתם, תקיימו](#הבטחתם)**

**גם במציאות הפוליטית הסבוכה הזו, וגם בתקופת בחירות, צריכים הפוליטיקאים להתעלות ולשים את נכות ונכי צה"ל במקום שבו ראוי שיהיו - מעל הפוליטיקה**

רפורמת נפש אחת בתחומי הדיור והרכב עומדת בימים אלה על הכף, תלויה בהחלטתם של פוליטיקאים הנמצאים בעיצומה של תקופת בחירות ושבויה בידי האינטרסים הפוליטיים של אלה העומדים בפני מבחן הבוחר. לאלה יש הזדמנות להראות אחת ולתמיד שלצד הפוליטיקה, יש נושאים בציבוריות הישראלית שהם קדושים. הטיפול באלה שנתנו את גופם ונפשם למען המדינה, אמור להיות אחד מהם.

על הרפורמה אנחנו עובדים לצד אגף השיקום במשרד הביטחון זה למעלה משלוש שנים, תחילה במסגרת ועדת איל בן ראובן, ובהמשך לאחר מעשהו הטרגי של איציק סעידיאן. הרפורמה נועדה לתקן עוול ארוך שנים בכל הנוגע לטיפול בכלל פצועות ופצועי צה"ל, ובדגש על אלה המתמודדים עם פוסט טראומה.

מיום העברת הרפורמה הוקצו תקציבים לטיפולים פסיכולוגיים לנכים ובני משפחותיהם, בתים מאזנים, קו חם לפגועי נפש 24/7 כלבי שירות ועוד. הרפורמה שאנו מעבירים, שלב אחר שלב, מביאה לשינוי מהותי בסיוע שפצועי צה"ל זוכים לו.

היום אנחנו עובדים על העברתו של תזכיר חוק משמעותי ביותר, כזה שמטרתו להעניק סיוע מיידי לעשרות אלפי נכים המתקשים בשל אי התאמת הסיוע בדיור למציאות הכלכלית, ואלפים נוספים שזכותם לתנועה חופשית נפגעת עקב תת תקצוב ברכישת רכב רפואי. החוק החדש אינו מבדיל בין פצועי ראש, גוף או נפש, עלותו היא כ־ 7 אחוזים מסך עלות הרפורמה, והוא מהווה אוויר לנשימה לכ־ 20 אלף נכות ונכים הכורעים תחת המציאות הכלכלית הנוכחית.

עמלנו עליו במשך חודשים. בדיונים קדחתניים מול משרד הביטחון והאוצר, תוך עשיית ויתורים כואבים, מתן סיוע במציאת פתרונות תקציביים ועוד. עברנו איתו את ועדת שרים לחקיקה, ואז הגיעה הבשורה - יוצאים לבחירות. בתחילה הובטח לנו שנכי צה"ל יהיו במסגרת ההסכמות, ושנכי צה"ל יזכו לסיוע שמגיע להם מהמדינה ששלחה אותם לקרב. ואז לאט לאט התפוררה ההבטחה לנגד עינינו, ופצועות ופצועי צה"ל הפכו גם הם לכלי ניגוח במשחקים פוליטיים של בחירות.

רבים המליצו לארגון להניח לנושא בטענה שהחוק הזה ממילא לא יעבור בכנסת הנוכחית, אבל עודני מאמין. אני מאמין שגם במציאות הפוליטית הסבוכה והמשוסעת, וגם בתקופת בחירות נוספת, מסוגלים הפוליטיקאים להתעלות ולשים את נכות ונכי צה"ל במקום שבו ראוי שיהיו - מעל הפוליטיקה. 20 אלף נכות ונכים ששילמו בגופם ונפשם כדי שאנחנו נחיה

בביטחון - זקוקים לטיפול ראוי ולסיוע של הפוליטיקאים כעת.

**[דבר מ״מ היו״ר - רפי כהן צמח](#דברממ)**

**מ״מ יו״ר ארגון נכי צה״ל**

חברות וחברים יקרים,

בפתח דבריי, אבקש לשלוח איחולי החלמה מהירה ורפואה שלמה לשותפי לדרך, יו"ר הארגון, עו"ד עידן קלימן. אנו ממשיכים לעמול יחד לקידום המטרות והיעדים שהצבנו לעצמנו. למרות הקשיים הפוליטיים הניכרים, ערב בחירות, יישומה המלא של רפורמת נפש אחת עומד במרכז העשייה. קיימתי כמה ראיונות בתקשורת בנושא והתקיימו פגישות ודיונים עם נציגי משרד הביטחון, חברי כנסת ואחרים.

לאחרונה התחלנו בפיילוט פתיחת מכוני הפיזיותרפיה וההידרותרפיה בימי שישי בבית הלוחם תל אביב. זאת במטרה לקצר את התורים ולהגביר את זמינות הטיפולים המבוקשים. בתחילת 2023 נרחיב את הפיילוט לשאר בתי הלוחם ואני מזמין אתכם לקבל טיפולים במכוני הפיזיותרפיה ובבריכות ההידרותרפיות המושקעות, בעזרת מיטב המטפלים והציוד המתקדם.

באמצע ספטמבר יצאו קבוצות אחיעד, קבוצות ייחודיות לנפגעי פוסט טראומה, לפעילות חברתית חווייתית של יומיים.

אנו ממשיכים לשפר את התנאים וההטבות. כפי שהתחייבנו, הוספנו בתי מלון לחמי מרפא והבראה. בימים הקרובים יישלחו אליכם קישורים עם סרטוני הדרכה להזמנת חמי המרפא בקלות וביעילות. קיימנו ישיבת עבודה עם מנכ"לית חבר, כדי לשפר את התנאים למחזיקי כרטיס האשראי.

נפגשתי עם שרת הפנים, איילת שקד, במטרה להגדיל את ההנחה בארנונה לבתי מגורים לנכי צה"ל. נפגשנו גם עם נציב שירות המדינה כדי לאשר תקנים לאגף השיקום ולהבטיח כי יאוישו בכוח אדם איכותי ולדאוג כי גופי הסמך של המדינה יקבלו לעבודה נכי צה"ל.

לכם ולבני משפחותיכם אאחל שנה טובה ומתוקה.

שלכם ולמענכם,  
רפי כהן צמח,  
מ"מ יו"ר ארגון נכי צה"ל

**[קול קורא | ליווי וחונכות במשפחות עם פוסט טראומה](#קולקורא)**

האגודה לבריאות הציבור מגייסת חונכים וחונכות לעבודה בליווי ילדים וילדות, ומתבגרים ומתבגרות במשפחות שבהן אחד ההורים מתמודד עם פוסט טראומה ונכות ממשרד הביטחון.

**דרושים ודרושות חונכים וחונכות לעבודה פרטנית בליווי חברתי ושיקומי.**

**למי תתאים העבודה:**

• גישה, אהבה וסבלנות לעבודה עם ילדות וילדים  
• רצון להשקיע בקשר בעל משמעות  
• ידע בנגינה, ספורט, אמנות – יתרון  
• יכול לעזור בשיעורי בית  
• גיל 21 ומעלה  
• התחייבות לשנה

תיאור המשרה:

• שעות העבודה לאחר שעות המסגרות החינוכיות, בתיאום עם הזכאי  
• גיל הילדים בין 5-18  
• 4 שעות שבועיות, אפשר עם כמה חניכים וחניכות  
• המפגשים בבית החניך או החניכה, ויוצאים לפעילויות חברתיות מחוץ לבית, ליווי לסידורים ובדיקות רפואיות  
• עבודה עם דגש על הפן החברתי  
• שכר של 35 ש"ח לשעה, החזרים על נסיעות וכיסוי הוצאות על בילוי משותף בגובה 100 ש"ח בחודש.  
• התפקיד בליווי עבדת סוציאלית.

לפרטים, הגשת מועמדות ומשלוח קורות חיים אורנה קליין [ornak@briut.org.il](mailto:ornak@briut.org.il)

**[בקרוב הוקרה - את יום ההוקרה 2022 נציין בסדרה של אירועים חגיגיים](#הוקרה)**

כמדי שנה, מבקשים אירועי יום ההוקרה לפצועי מערכות ישראל ופעולות האיבה להעלות את המודעות בחברה הישראלית לגבורה ולשיקום של הפצועים והפצועות. השנה יושם דגש על שילוב של משתתפים רבים, מקרב הפצועות והפצועים, מהצבא ומהקהילה.

כמו כן מתחזקים שיתופי הפעולה עם משרדי ממשלה ורשויות מקומיות. השנה יתקיימו כמה אירועים נבחרים ובולטים:   
**29 בנובמבר**, צדעת צועדים ומצדיעים בעשרה מקטעים שבהם יצעדו אלפים;   
**6 בדצמבר**, אירוע הוקרה עם בכירי משרד ראש הממשלה בבית הלוחם;   
**11 בדצמבר**, אירוע הוקרה מרכזי בהשתתפות שרים וחברי כנסת ולצידו יום שידורים מיוחד מאולפן פתוח של גלי צה"ל בבית הלוחם תל אביב;   
**12 בדצמבר**, אירוע מרכזי במשכן הכנסת ;   
**13 בדצמבר**, יום פעילות בתנועות הנוער יועבר בסימן הוקרה לנכי צה"ל.   
עוד יתקיימו פעילויות לב זהב עבור הגיל השלישי ביוזמת אגף השיקום.

**[עדכונים וחדשות](#עדכונים)**

**מסיירים במנהרות הכותל**

החברים והחברות ובני המשפחות במחוז ירושלים, כולל ילדים ונכדים, יצאו לפעילויות במנהרות הכותל ובגבעת התחמושת. בין היתר זכו החברים להשתתף בחפירות המתבצעות כיום מתחת לרחבת הכותל.

**שאלות ותשובות בכרמיאל**

כחלק מהפעילויות השוטפות של מחוז חיפה והצפון, התקיים ערב שאלות ותשובות בעיר כרמיאל.

**בכבוד ובהוקרה**

גרטרודה לאופר ז"ל הורישה סכום נכבד לנכי צה"ל לאחרונה נפטרה גרטרודה לאופר בווינה שבאוסטריה והוריש סכום נכבד לטובת נכי צה"ל. טקס הסרת הלוט משלט הנצחה לכבודה התקיים בבית הלוחם תל אביב.  
בטקס נכחו: אלי בירנבוים, יו"ר התאחדות ספורט הנכים; ד"ר משה שמא, מנהל קרן נכי צה"ל; דני ויטרבו, מנהל מחלקת צוואות בקרן היסוד; ומיקי פלוז'ניק, שהיה שנים רבות נציג קרן היסוד בגרמניה ודרכו הגיעה הצוואה לידי קרן נכי צה"ל.

גרטרודה לאופר גדלה במשפחה יהודית בווינה. לאחר הסיפוח של אוסטריה לגרמניה הנאצית בשנת 1938 החלו ימים אפלים.

האוסטרים החלו להצר את צעדי היהודים. הוריה נאלצו לנקות את מדרכות העיר במברשת שיניים והאוסטרים עמדו מנגד וצחקו. אפשר היה לעזוב את אוסטריה עד 1 באפריל 1939 והוריה ניצלו את ההזדמנות ולאחר נדודים רבים הגיעו לשנחאי שבסין.

במקום התקבצו פליטים רבים וניהלו חיי קהילה בחופש יחסי. גרטרודה למדה בבית ספר יהודי ועברה את מלחמת העולם השנייה. בשנת 1946 חזרה משפחתה לווינה ההרוסה. גרטרודה נישאה ובני הזוג עלו לישראל וחיו כעשר שנים ברחוב ירמיהו בתל אביב. לפרנסתה עבדה כמנהלת חשבונות  
בשגרירות ארצות הברית בתל אביב.

בתחילת שנות השישים, במיתון הקשה ששרר בארץ, חזרה לווינה, התגרשה, וכעבור שנה נישאה בשנית. לפרנסתה עבדה בשגרירות ארצות הברית בווינה.

גרטרודה לאופר הוקירה את תרומתם של נכי צה"ל למדינת ישראל והורישה סכום נכבד לטובתם. יהי זכרה ברוך.

**מחלקים מכל הלב**

כמיטב המסורת, גם השנה התקיים מבצע אריזות וחלוקה של חבילות מזון למשפחות נכי צה"ל לכבוד חגי תשרי. בסוף אוגוסט הגיעה קבוצת אחיעד מבאר שבע להשתתף בהכנת חבילות מזון בבית שמש. המבצע מתקיים ביוזמת אגודת הידידים ובשיתוף עמותת לתת.

**[משולחנות יושבי ראש המחוזות](#יורים)**

**מחוז תל אביב-יפו והמרכז - קובי יצחק**

חברות וחברים יקרים,

בחלוף חופשת הקיץ, פנינו אל שנת התשפ"ג. אני מאחל לכם ולבני משפחותיכם שנה טובה, ברוכה ומתוקה, שנה של התחדשות ופריחה, נחת ובריאות, אושר והצלחה בכל. השנה החולפת התברכה בעשייה רחבה במישורים רבים, בדאגה לרווחת החברים ולזכויותיהם. אנו פועלים בעקביות בנושא רפורמת נפש אחת, תוך קיום ישיבות בכנסת ועמידה איתנה על זכויותינו.

השנה קיימנו פעילויות ומפגשים על בסיס קבוע בשלוחות, ערכנו ערבי הוקרה בשיתוף הרשויות המקומיות, לצד ערבי שאלות ותשובות בשלוחות. המשכנו להעביר עדכונים מהותיים, יצרנו היכרות אישית עם נכים חדשים והמשכנו את הטיפול השוטף, הכללי והפרטני. חיזקנו שיתופי פעולה בין המחוז לקהילה ויצרנו מיזמים קהילתיים לרווחת החברים.

**מחוז חיפה והצפון - איתי אלימלך**

חברות וחברים יקרים,

על אף היותנו בתקופת בין השמשות ותחת ממשלת מעבר, מליאת הכנסת אישרה בקריאה ראשונה את הרחבת ההטבות בתחום הרכב הרפואי והדיור. כפי שדווח בכלי התקשורת קיימים קשיים בהסכמות בין הקואליציה לאופוזיציה ואנו ממשיכים בכל כוחנו להוביל להשלמת החקיקה.

סבב ערבי שאלות ותשובות ממשיך בתאוצה. שמחתי לפגוש אתכם וליהנות מתקשורת בלתי אמצעית, להשיב לשאלות ולעדכן בנעשה. ערבים נוספים צפויים ברחבי המחוז. קיימנו אירוע חגיגי ומוצלח לראש השנה עם הופעת סטנד-אפ של קובי מימון והופעה של הזמר עידן חביב.

אני מבקש לברך אתכם בברכת שנה טובה. נמשיך במחויבות בלתי מתפשרת לעיגון זכויותיכם ובפיתוח תכנים לרווחתכם.

**מחוז באר שבע והנגב - שמעון מלול**

חברות וחברים יקרים,

שנה חדשה הגיעה ואנו במחוז עומדים ביעדים ובאתגרים כפי שהתחייבנו. בראשם, הטיפול בזכויות נכות ונכי צה"ל, ונמשיך לדאוג ליישומה המלא של רפורמת נפש אחת שגרמה לשינוי בטיפול בנכי צה"ל ובני משפחותיהם וביחס אליהם.

בימים אלו אנו שוקדים על תוכנית עבודה לשנת תשפ"ג 2023, אשר גובשה במגמה לשפר את השירות. בשנת תשפ"ג מתוכננת פעילות ענפה בכל התחומים ובטוחני שכל אחד ואחת מכם יוכלו למצוא את הפעילות המתאימה לו, ספורטיבית, חברתית ויצירתית. אנו, במחוז, קולטים את הפצועים החדשים ומטפלים בפצועים הוותיקים בחיבוק אמיץ. כל נכה חדש ונכה חדשה מוזמנים לפגישה עם יושב ראש המחוז או עם ע. יו"ר המחוז.

אברך את כולכם ואת בני משפחותיכם בשנה טובה, שנת בריאות ושמחה, אושר, פרנסה והצלחה, ושתהא שנת שלום.

**מחוז ירושלים - ורד יצחקי**

חברים וחברות יקרים,

עם המינוי לתפקיד יו"ר המחוז, ראיתי לנכון לשלב בין הטיפול בפרט, בקבלת חברים חדשים וטיפול בחברים באופן פרטני לבין העשייה למען כלל חברי המחוז, בפעילויות מגוונות לרווחתם.

בחודשי הקיץ קיימנו סיורים לחברות ולחברים ולבני המשפחות. יצרתי שיתופי פעולה עם הקרן למורשת הכותל וזכינו להשתתף בסיורים במנהרות הכותל ובחפירות המתבצעות מתחת לרחבת הכותל. בחודש יולי קיימנו סיור בהר הבית למשותקים המרותקים לכיסאות גלגלים מכל המחוזות.

אנו מחזקים את הקשר עם הפריפריה ובמיוחד עם תושבי בית שמש ומטה יהודה, בסיוע מתנדבי המחוז. המחוז ממשיך לסייע באופן קבוע ולייעץ בתחומי הסיוע המשפטי, הרפואי, סיוע בתביעות מול עיריית ירושלים ובתחום ההוצאה לפועל.

ברצוני לברך את חברות וחברי המחוז והארגון שתהא שנה מוצלחת מקודמתה, שופעת בעשייה, בהישגים והצלחות, בריאות וכל טוב. שנה טובה ומתוקה.

**מחוז שפלה - שלומי אסרף**

חברות וחברים יקרים,

לקראת השנה החדשה, נאחל לכל החברים והחברות ובני המשפחות בריאות והצלחה. ארגון נכי צה"ל ומחוז השפלה שמו להם למטרה לשפר את התדמית הציבורית של נכי צה"ל וליצור מהפכה בטיפול בחברים ובגישה של משרד הביטחון. את תוצאות הפעילות אנו כבר מרגישים. בשיתוף פעולה מבורך עם מטה הארגון ואגף השיקום, עשינו כל מאמץ כדי לפתור בעיות שעלו מן השטח. הטיפול בפרט הוא מרכז העשייה במחוז ואנו נמשיך השנה לפעול למענכם. אני מבקש לברך את עובדות ועובדי המחוז על המסירות והדאגה לחברים ולחברות. שתהא לכולנו שנת צמיחה, שנלמד ונקיים מחילה, שנזכה להתגשמות משאלות ליבנו לטובה, אמן.

**[נעים להכיר](#יוסי)**

**סגן אלוף במילואים, יוסי מתתיהו, נכה צה"ל, מונה לתפקיד מנכ"ל הארגון**

מאת: צור עופר

שתי תובנות מרכזיות מלוות את יוסי מתתיהו מתהליך השיקום שעבר לאחר פציעתו. "תובנה ראשונה", הוא אומר, "היא הקשר ההדוק בין גוף לנפש. ההתמודדות הייתה פיזית אבל לא פחות גם נפשית, לי באופן אישי ולכל מי שסבב אותי. התובנה השנייה היא הבחירה להתבונן על חצי הכוס המלאה. והחצי הריק, כיצד למלא אותו". בליווי התובנות שרכש והבנה בגו ף ראשון של תהליך השיקום נכנס מתתיהו בחודש ספטמבר לתפקיד מנכ"ל ארגון נכי צה"ל.

מתתיהו הוא סגן אלוף במילואים, תושב הוד השרון. הוא שירת 25 שנה בצה"ל ובתפקידיו האחרונים שימש מפקד גדוד תקשוב של פיקוד מרכז ומפקד גדוד תקשוב של אוגדת יהודה ושומרון. עם שחרורו בסוף שנת 2019 החל לעבוד בעיריית הוד השרון כמנהל האגף לשיפור פני העיר וממלא מקום מנכ"ל העירייה בכל הקשור לחוזים, מכרזים והתקשרויות.

**איך תוכל לתאר לנו את החיבור האישי שלך לארגון נכי צה"ל ?**

"ההגעה לארגון נכי צה"ל היא מבחינתי המשך ישיר של השליחות הציבורית. ראיתי את התפקידים בצבא כעשייה ציבורית, ולאחר מכן בעירייה המשכתי את העשייה למען העיר והחברה שאני ומשפחתי מתגוררים בה. כשמדובר בארגון נכי צה"ל, יש חשיבות גדולה לעשייה המגוונת. ואני שמח מאוד על הזכות שנפלה בחלקי ומתכוון לבצע את התפקיד בחרדת קודש, מתוך הבנה עד כמה אוכלוסיית הנכים חשובה וכמה צריך להשקיע בה, בשיקומה ובהשתלבותה בחברה".

**בוודאי התחלת להתכונן לפרויקטים חשובים ולעיקרי העשייה. אולי תוכל לספר לנו מה אתה צופה לקראת 2023 הבאה עלינו לטובה.**

"אני נמצא בתהליך למידה אינטנסיבי של הארגון, של האנשים, ושל תחומי העיסוק. אוכלוסיית הנכים והנכות והעובדות והעובדים מייצגת בעיניי את הישראלי היפה. התובנות המרכזיות שמהן אני מבקש להתוות את עיקרי העשייה לשנת 2023 הן הרחבה והנגשה של השירותים והרחבת האוכלוסייה שהארגון מטפל בה. יש עוד מעגלים של נכים ופצועים שהארגון יכול ללוות בתהליך השיקום ולהעניק להם שירותים אקטיביים. הייתי רוצה להנגיש גם את המידע וגם את השירותים באופן דיגיטלי".

**כיצד תרחיבו את השירותים ?**

"אפשר להרחיב את האוכלוסייה שצורכת את שירותי הארגון בהקשר של שלוש קבוצות. הראשונה, אוכלוסיית הצעירים ובני משפחותיהם. הארגון יכול להעניק לאוכלוסייה בגילים עשרים עד 45 שירותים מגוונים, כולל חוגים לילדים, פעילויות תרבות למשפחות וכדומה. הקבוצה השנייה היא האוכלוסייה המתבגרת והסיעודית, שכבר קשה לה לצאת מהבית, שצריכה שירותי רפואה וסיעוד, ויש לנו חוב גדול כלפיהם. בערוב ימיהם הם צריכים לקבל ליווי אקטיבי, ביקורים וקשר פעיל מצד הארגון למי שכבר לא יכולים לצרוך פעילויות תרבות או להגיע לבתי הלוחם. בתקופה הקרובה נשיק שירות הסעות לאנשים שקשה להם להגיע לבתי הלוחם. הקבוצה השלישית היא נכים ונכות המתמודדים עם פוסט טראומה, בכל מה שהתחיל מהמחאה ונהיה רפורמת נפש אחת. בשנת 2023 אנחנו צריכים להעמיק וכבר עכשיו נעשות פעילויות משמעותיות בנושא".

**מה בכוונתכם לשנות בדרכי העבודה של הארגון ?**

"אנחנו צריכים לקחת את הארגון שנות דור קדימה בכל מה שקשור לשימוש בטכנולוגיות ודיגיטציה. גם מול אוכלוסיית הנכים וגם בהתנהלות הפנים ארגונית. הייתי רוצה לראות ארגון שמתאים לטכנולוגיות העכשוויות בכל ההיבטים. אנחנו מבצעים עבודת מטה בכל הקשור לפרויקטים של רכש ותשתיות בארגון. כרגע אני לומד את הנושא ומגדיר סדר עדיפויות. כמובן, יש להשלים את הבנייה בבית הלוחם אשדוד שהוא פרויקט דגל לשנת 2023 וישמש גם מרכז הכשרה לספורט ימי".

**מה תרצה לאחל לחברי וחברות הארגון עם כניסתך לתפקיד ?**

״חברות וחברי הארגון מסמלים בעיניי את הישראלי הציוני שנתן גופו ונפשו. אני מקווה שנצליח לממש באופן מלא את כל החלומות האישיים והארגוניים שלנו, בדגש על השינויים של רפורמת נפש אחת. אני מייחל שלא יצטרף איש למעגל הנכות ואף שם לקיר השכול. שחיילי צה"ל וכל זרועות הביטחון ישמרו על עצמם מכל פגע.  
אני שולח ליו"ר הארגון, עידן קלימן, איחולי החלמה מהירה ולרפי כהן צמח, שמלווה אותי בתפקידי החדש, תודה על הסבלנות וההשקעה".

**[שחר של בית חדש](#שחר)**

**שחר, בית מאזן בקהילה לנכי צה"ל המתמודדים עם פוסט טראומה, נפתח בטקס חגיגי. עשרה מתמודדים יוכלו לשהות בו בכל עת.**

מאת צור עופר

כחלק מיישום רפורמת נפש אחת, נחנך ב 19- באוקטובר שחר, בית מאזן ייעודי לנכי צה"ל המתמודדים עם פוסט טראומה. הבית הוא חלופה לאשפוז פסיכיאטרי בבתי חולים. הבית ממוקם בשכונת מגורים ברחובות והוא הראשון המיועד בלעדית לנכי צה"ל המתמודדים עם פוסט טראומה, נכים שעד כה לא קיבלו מענה מתאים. בית שחר נבנה בשיתוף פעולה בין אנוש, העמותה הישראלית לבריאות הנפש, ארגון נכי צה"ל ואגף השיקום. עמותת אנוש, המפעילה 14 בתים במתכונת דומה ברחבי הארץ, תפעיל את הבית.

הבית המאזן מצוי בלב שכונת מגורים יוקרתי ת, הוא שופץ ועוצב במיוחד לצורך השימוש והוא משרה אווירה של נוחות ויוקרה. עד עשרה דיירים יכולים לגור בבית המציע תמיכה באווירה מכילה ועוטפת. הדיירים ישתתפו בתוכניות טיפול פרטניות וקבוצתיות ובמפגשים עם המשפחות.

ההפניות לאשפוז בבית ניתנות בהמלצת רופא ולאחר מכן באישור של אגף השיקום שהוא המפנה הסופי לבית. את הדיירים ילוו שני מדריכים, שני אנשי צוות ושני פסיכיאטרים שיגיעו לבית ארבע פעמים בשבוע. שם הבית, שחר, הוא סמל להתחלה חדשה בכל יום.

בבית חדרים זוגיים או יחידים, שני מטבחים, חדר כביסה וכל האביזרים הדרושים לקיום יומיומי רגיל. את החיים בבית ינהלו החברים, שישהו בו לתקופות ש ל שלוש ה חודשי ם ומעלה . העיקרון המנחה הוא לקיים סדר יום מלא, כולל טיפולים, הדיירים יבשלו, ינקו ויסדרו, ויחיו בהתנהלות רגילה ככל האפשר.

באירוע חנוכת הבית נכחו לימור לוריא, סמנכ"ל וראש אגף שיקום נכים במשרד הביטחון; רפי כהן צמח, מ"מ יו"ר ארגון נכי צה"ל; ד"ר דרור וסרמן, הרופא המוסמך הראשי וראש היחידה לשירותים רפואיים מטעם אגף שיקום נכים משרד הביטחון; ד"ר הלה הדס, מנכ"לית עמותת אנוש; אריק כהן, סמנכ"ל שירותי שיקום בעמותת אנוש; ליאור אביאל פרץ, מנהלת תחום דיור בעמותת אנוש; שלומי אסרף, יו"ר מחוז שפלה; יוסי רובין, חבר מועצת מחוז חיפה ומוביל קבוצת אחיעד חיפה; רפאל פרץ, חבר מועצת מחוז השפלה ומוביל קבוצת אחיעד שפלה.

ד"ר וסרמן הסביר כי בשל הפיחות במצב הרפואה הפסיכיאטרית, הבית הוא תשובה מתבקשת למצוקות האשפוז והטיפול. הבית הנוכחי יהיה פיילוט ועל פיו יוחלט אם להקים בתים נוספים. עוד הוסיף ד"ר וסרמן כי על אף שההפניה היא לתקופה של שלושה חודשים, אם דייר יראה שיפור ויהיה זקוק לכך, אפשר יהיה להאריך את משך השהייה בבית.

רפי כהן צמח, מ"מ יו"ר ארגון נכי צה"ל, אמר: "הקמת הבית המאזן בשיתוף עמותת אנוש היא הרחבה חשובה של העבודה הנעשית למען נכי צה"ל והוכחה לפעילות של הארגון ומשרד הביטחון למען הנכים. הדרך לטיפול שלם ומלא בנכות ונכי צה"ל המתמודדים עם פוסט טראומה עוד ארוכה, אבל אנחנו צועדים בנתיב הנכון, והאחריות הלאומית והערבות ההדדית הן הדלק המניע אותנו. נמשיך לפעול ליישומה המלא של הרפורמה".

**[מהכרה להוקרה](#קישון)**

**לאחר קבלת ההכרה התקיים בבית הלוחם אירוע מרגש לכבוד לוחמי הקישון**

לאחר שנים של מאבק קיבלו לוחמי הקישון והמשפחות השכולות הכרה מלאה, בצעד שהוביל שר הביטחון, בני גנץ. ביום חמישי, 4 באוגוסט התקיים בבית הלוחם תל אביב אירוע הוקרה ללוחמים. באירוע נכחו: שר הביטחון, בני גנץ; מנכ"ל משרד הביטחון, אמיר אשל; סמנכ"ל וראש אגף שיקום נכים במשרד הביטחון, לימור לוריא; סמנכ"ל וראש אגף משפחות הנצחה ומורשת, אריה מועלם; יו"ר ארגון נכי צה"ל,

עידן קלימן; מ"מ יו"ר ארגון נכי צה"ל, רפי כהן צמח; יו"ר הוועד הפראלימפי וחבר הוועידה הארצית, אלי בירנבוים; יו"ר עמותת לוחמים נפגעי הקישון, דוד לוריא; יו"ר עמותת העטלף, טל שאול; יו"ר עמותת אגד צליחה, ישי דותן. תודה לכל הנוכחים באירוע החשוב. הארגון יוסיף לדאוג למיצוי זכויותיהם של צוללי הקישון.

**["בזמני שיפור זכויות הנכים לא הגיע בכלל לכנסת"](#יוסקה)**

מול בן גוריון בביתן 19 בתל השומר, בהקמת מערך ספורט הנכים לאחר ששת הימים, ובפתיחה של בית הלוחם תל אביב לאחר מלחמת יום כיפור. יוסקה לוטנברג, ספר היסטוריה מהלך של ארגון נכי צה"ל, יושב לספר מה קרה שם באמת.

מאת צור עופר ושלומית לולה נחמה

הוא אחד האבות המייסדים של ארגון נכי צה"ל. הוא נכח בגופו בביתן 19 בתל השומר בשנת 1949, ברגעי הלידה של הארגון, ומלווה אותו עד היום. יוסף לוטנברג, שכולם וגם הוא עצמו קוראים לו יוסקה, הוא נכה צה"ל ממלחמת השחרור, תושב תל אביב, בן 94 וכיהן כיו"ר הארגון בשנים 1986 עד 2000. פגשנו אותו בביתו לשיחה מרעננת על ימים רחוקים וגם קרובים.

יוסקה, אתה מראשוני הנכים של מלחמת השחרור. ספר לנו על הלחימה ועל הפציעה. "במלחמת השחרור, במשך כמה חודשים של קרבות, ההורים שלי לא ידעו אם אני חי או מת. רק ידעו שאני בירושלים. השתתפנו בקרבות נוראיים, הייתי בין כובשי הקסטל, בתפקידי כחבלן, והורדתי את כל הבתים מסביב. היו צולפים עליי, אבל זה לא הפריע לי. האנשים, השאיפה היחידה שלהם הייתה שתקום מדינה. אנחנו עשינו את הדברים הכי מטורפים שמישהו יכול להעלות על דעתו. אני נפגש עם אנשים בבית הלוחם ומספר להם סיפורים, הם לא מאמינים. אתה נלחמת יום יום, שעה שעה, וחיכית מתי זה יקרה לך. נפצעתי ב- במאי 1948, בכיבוש בית מחסיר, בכניסה לשער הגיא. שכבתי בעמדה קדמית ואחרי ארבעה לילות של קרבות חטפתי צרור מסמל של הלגיון הירדני".

**תאר לנו בבקשה את החוויה של פצוע במלחמת השחרור. מי בדיוק דאג לכם במדינה הצעירה שזה אך קמה**?

"מלחמת העצמאות הייתה המלחמה הארוכה ביותר, שנה ורבע. היישוב מנה 600 אלף נפש ובסוף המלחמה היו 6,000 נופלים מתוך 600 אלף נפש. המדינה הייתה ענייה. לא היה כסף ולא ניסיון בטיפול בנכים. אנשים בזבזו חודשים בבתי חולים שלא לצורך. בתל השומר היו 19 משותקים שנשארו מאושפזים שנתיים. היום היו משחררים אותם אחרי חצי שנה. היינו כמה חבר'ה בבית החולים והגענו לבן גוריון. אמרנו לו 'תשמע, זה לא ייתכן, אין עם מי לדבר, אנשים מתרוצצים, אין להם כסף'. הוא אמר שאנחנו צודקים וקבע קביעה לדורות: 'מי ששולח את החייל להילחם וקורה לו משהו, הוא צריך לטפל בו'. ואז הקימו במשרד הביטחון את האגף ליישוב החיילים ושיקומם ".

**שלושים דונם בנהריה**

**איך שיקמו את הנכים בתקופה של הקמת המדינה?**

"יפו הייתה בידינו והיו בה בתי קולנו ע:נוגה, צליל, אלהמברה. לשם דחפו את הנכים והם התפרנסו. הקימו גם לונה פארק ביפו לנכים. הענף הגדול ביותר לשיקום היה מוניות. נהג מונית הרוויח אז הרבה יותר מאשר פקיד וכולם רצו מוניות. היינו מעבירים שמות למשרד התחבורה והנכים היו מקבלים מספרים ירוקים חינם. אנחנו הקמנו גוף, את ארגון נכי מלחמת השחרור, לפי החוק העותומני, והיו לנו שלושה סניפים, בתל אביב, בירושלים, ובחיפה. בתחילת שנות החמישים כבר הייתי נשוי, ונבחרתי לתפקיד מזכיר מחוז תל אביב. לא היה לנו כסף ואז שילמו דמי חבר באופן וולונטרי. אם מישהו היה צריך משהו, היינו מכריחים אותו לשלם דמי חבר. מהמדינה לא קיבלנו כלום. היה לנו חדר בתחנה המרכזית הישנה, בלי מעלית, בלי שירותים, ועם עשרים מדרגות. אז התחיל הארגון ובאמת היו יוזמות מטורפות. היה לנו שכל. אמרנו נקים קרן, יאספו כספים בחוץ לארץ. ונבנה בית הבראה".

**בניתם את בית קיי, בנהריה, אתר נופש לנכי צה"ל. איך עלה לכם הרעיון ואיך הצלחתם ליישם אותו כארגון טרי וצעיר בישראל הענייה של שנות החמישים ?**

"בפינלנד היה ארגון ל- 50 אלף נכים שנשארו אחרי המלחמה בין פינלנד לרוסיה. כל שנה היו לוקחים את הנכים הקשים למוסדות, עושים להם בדיקות וטיפולים, ושולחים אותם הביתה. ביקרנו במקום כזה והיה נורא עצוב. בלי נשים, בלי ילדים.

אנחנו רצינו שגם המשפחה תהיה חלק מהשיקום. החלטנו להקים בית הבראה. ואז, בוקר אחד, מצלצל אליי השליש הצבאי של בן גוריון ואומר לי להגיע דחוף. בן גוריון ישב בקריה, בחדר קטן עמוס תיקים. הוא אומר לי 'שב! מה שמעתי? שאתה הולך לשלוח נכים לארצות הברית לאסוף כסף?' אמרתי שכן. בן גוריון אמר 'יוסקה, שלא תעיזו לשלוח נכים. אתה רוצה שהיהודים באמריקה יחשבו שאנחנו לא מטפלים בנכים? תחזור למשרד, אני אדאג לכם'. ואכן, כעבור שלושה חודשים הנספח הכלכלי של השגרירות בוושינגטון מתקשר ואומר 'אדון לוטנברג, אני בא עם התורם'. אייב קיי, יהודי נחמד מאוד, תרם את הכסף לבית קיי ".

**למה החלטתם להקים אותו בנהריה ?**

"ורה ויצמן, רעיית הנשיא, הייתה נשיאת הקרן שלנו. היא דיברה רק אנגלית ואת הישיבות קיימנו תמיד אצלה. סיפרנו לה שאנחנו צריכים לקבל אדמה מהמדינה. ואז היא אמרה לנו, 'מה הבעיה? למשפחה שלנו יש חלקת אדמה בנהריה. קחו אותה'. קיבלנו שלושים דונם ובשנת 1958 הנחתי את אבן הפינה. בית קיי היה פנינה. אנשים רצו לבוא לשם לנופש , וכל שנה קיי היה בא לסדר של גלויות ואני הייתי מביא תמיד את פרס, את יגאל אלון, לסדר הזה. בששת הימים העמדנו את בית קיי לרשות צה"ל והוא שימש בית הבראה צבאי".

**יושבים ומארגנים רשימה**

**בעקבות מלחמת ששת הימים הצטרפו לארגון כ- 2,500 חברים. מה השתנה בעקבות הכמות הזאת של פצועים ?**

"לאחר ששת הימים היה שטח שהייתי מעורב בו באופן מרכזי והוא ספורט הנכים. התחלתי לקדם את התחום. בהמשך, לאות הערכה והוקרה על הישגי הנכים בישראל נבחרתי לתפקיד סגן ראשון של יושב ראש הארגון הבינלאומי וגם הדלקתי משואה בשער הניצחון, בצרפת. הנכים שלנו השיגו הישגים נפלאים. עוד לא היו בתי לוחם, וקיבלנו אפשרות להתאמן באולמות של בתי ספר. למשל, הקטועים התאמנו בכדורעף בסמינר לוינסקי ברחוב בן יהודה. אימוני שחייה היו במועדון ספיבק. ולאט לאט התחיל כל העסק".

**איך פעלתם באותן שנים למען הקידום של זכויות הנכים ?**

"היה לנו מעמד מיוחד במשרד הביטחון, ישבנו בכל הוועדות הרשמיות על פי חוק, ועדת שיקום, ועדת רכב. כל שנה הייתי יושב עם פינק, ראש אגף השיקום, ומגיש לו רשימה של תביעות שלנו, לשיפור המהלכים. הוא היה אומר לי, 'דבר עם רבין'.  
הייתי מצלצל לאיתן הבר, ואומר לו שאני צריך לראות דחוף את רבין. הייתי מגיע לרבין, שהיה המח"ט הראשון שלי, הוא היה אומר 'מה, יוסק'ה, מה השנה?' הייתי מגיש את הרשימה והוא היה קורא לראש אגף כספים ושואל כמה כסף מוקצב. היינו מקבלים את הסכום, יושבים ומארגנים את הרשימה ולמחרת חוזרים אליו. הוא היה מוציא הוראה והכול היה מופעל תוך יום יומיים. זה לא כמו היום".

**ההישג החשוב הבא הוא בית הלוחם תל אביב. איך בונים בית ?**

"בשנת 1968 הונחה אבן הפינה לבית הלוחם תל אביב. את רוב הכסף לבנייה קיבלנו בדרך מעניינת. כשפרצה מלחמת ששת הימים, קם גוף בשוויצריה שאסף כספים למען הפליטים היהודים שיישארו אחרי המלחמה. בראש הגוף הזה עמד גוי, השר הפיננסי של קנטון בזל. אבל תוך שישה ימים נגמרה המלחמה והם לא ידעו מה לעשות עם הכסף. הדבר נודע לי ויצרנו קשר איתם. הגיעה ארצה משלחת והסברנו להם מה אנחנו רוצים לעשות. קיבלנו מיליון דולר. בשנת 1970 מוניתי למנהל בית הלוחם. אני גם נתתי את השם. כי זה בית, ללוחם. פשוט בית. אחרי שלוש שנים כבר גייסנו את כל הצוות היה מבנה ארגוני וגם תקציב.

תכננו טקס פתיחה ל- 7,000 איש, הנשיא, ראש הממשלה. הכול היה ערוך ומוכן. כולל הזמנות. הכנו הכול, חנה, רעייתי, קנתה שמלה יפה. ואז פרצה המלחמה. גייסו את כולם. הכול נפסק".

**לא אמרו שפרצה מלחמה**

**אתה אב שכול. בנך, איתן, נהרג ליד התעלה. מה עבר עליך באותם ימים ?**

"איתן הודח מקורס טיס והתגייס לגדוד 77 בחטיבה 7, הגדוד של אביגדור קהלני. עברו שישה ימים במלחמה ולא שמעתי ממנו דבר. לקחתי את האוטו, קיבלתי אישור לעלות לרמת הגולן והגעתי עד נפח. מסביב מלחמה ופגשתי שני קצינים צעירים, שאמרו שהם חושבים שהוא נשאר בסיני.

ואף אחד לא אומר לי שום דבר. אחרי 15 יום אמרתי לחנה 'אני יורד לסיני, לחפש את איתן'. הגעתי עד בסיס האם ואני פוגש בחור שלמד עם איתן בתיכון. הוא סיפר לי שהצוות של איתן נשאר בבסיס, לא הצליח לעלות למטוסים. הייתי נאיבי. חשבתי שאני אמצא אותו. פגשתי שם מישהו שהכרתי ואמרתי לו 'שמעתי שחטיבת בית ספר עברה לצד השני על הגשר, והבן שלי שם, תסדר לי שאוכל לעבור '. הוא אמר לי 'יוסק'ה, מלחמה, מפגיזים, אם אתה לא עף מפה, אני יורה בך' ".

**הצלחת לגלות מה קרה בסוף לאיתן ?**

"אחרי הרבה חקירות שלי הבנתי שבשבת הפציצו אותם והם קיבלו הוראה לנוע על התעלה. איתן היה הנהג של הטנק, והם השתוללו ושרו, בכלל לא אמרו להם שפרצה מלחמה. הם הגיעו עד קנטרה, על גדות התעלה. הם ראו טנק שפרס זחל, עצרו וניסו לעזור. לא הצליחו. הם לחמו שם כל הלילה מוקפים באנשי קומנדו מצרים. כל הלילה הוא שידר ברשת החטיבתית, ׳קיבלתי פגיעה בטנק, כולם פצועים, יש הרוגים, לאן לחלץ׳. אף אחד לא ענה לו. בשבע בבוקר הוא עצר את הטנק, אחרי שכל הלילה הוא נע, והלך לחלץ פצוע מטנק אחר. הם נותרו שם ארבעה לוחמים והגיעו לשם מאות אנשי קומנדו, ירו בהם והשאירו אותם שם. בזה נגמר הסיפור ".

**כמה זמן לקח למצוא את איתן ?**

"ארבעה שבועות. התחיל סיפור הנעדרים. בצה"ל לא היה גוף שעסק בנושא ולא ידעו שום דבר. ברישומים היו 1,500 נעדרים. המצרים לא נתנו לחפש באזור והיו הרבה נעדרים. אני הייתי יושב ראש ועד הורי הנעדרים במלחמת יום כיפור, תפקיד שאני לא מאחל לאף אחד. נפגשתי פעמיים עם הנרי קיסינג' ר, ובפגישה השנייה אמרתי לו, 'מיסטר קיסינג'ר, אתה יהודי, נכון?' הוא אומר 'בטח'. אמרתי לו, 'תראה, אתה מנהל את המשא ומתן כעת עם המצרים, הם לא נותנים לנו לחפש חללים שנפלו. ומה חשוב אצל היהודים? להביא לקבר ישראל'. הוא אמר שהוא ישתדל לעזור. ובאמת הוא סידר שייתנו לחוליה להיכנס לשטח. היה תצ"א עם הפיתולים של הטנק שלו, הם הלכו לפי התצ"א ומצאו את ארבעתם".

**מה שהיה היה מתי החלטת לפתוח את בית הלוחם ?**

"עברו עליי חודשים קשים, אבל אני אמרתי לחבר'ה, צריך לפתוח את בית הלוחם. יש אלפי פצועים. נסענו לתל השומר, וסידרו לי באמבולנסים 250 נכים שבאו לראות את הבית. הבית עוד לא היה גמור ואמרתי להם 'פה יהיה לכם בית'. באפריל 1974 פתחנו את הבית. הנכים הגיעו בהמוניהם. בשבת היו מגיעים עם המשפחות, הייתה בריכה פתוחה, עם כרי דשא מסביב, ישבו משפחות שלמות. כל שבת הייתה חוויה".

**מה אתה חושב על הטיפול בנכים עם פוסט טראומה?**

"נושא הטיפול בהלומי הקרב הוא קשה. עוד לפני מלחמת יום כיפור, הלומי הקרב היו הולכים לוועדה רפואית ומקבלים 20 אחוז מקסימום. במערכת טענו שזאת הדרך היחידה לשקם אותם, כי אם ניתן להם אחוזים גבוהים, הם יקבלו את הכסף ולא ילכו לעבוד. ההסבר הזה לא היה מקובל עליי. הגיעו אליי פוסט טראומטים במצבים קשים. היה בחור שהיה בשבי במצרים, ועינו אותו שם, סיפרו לי שאת כל החלונות בבית הוא כיסה עם נייר עיתונים והוא לא יוצא מהבית. ביקשתי שיביאו אותו אליי, לבית הלוחם ואמרתי לו שיבוא כל יום להתעמל, לפגוש חברים. הוא היה עולה אליי למשרד, נשכב על השטיח, ישן שם. קשה מאוד לטפל בפוסט טראומה. לא רק פה, בעולם".

**אתה חושב שהיום היחסים של הארגון עם המדינה הם במצב יותר טוב מפעם או פחות טוב ?**

"בזמני שיפור זכויות הנכים לא הגיע בכלל לכנסת. אמרתי שיש חוק תגמולים ואנחנו בשום פנים ואופן לא נסכים לנהל משא ומתן עם הפוליטיקאים בכנסת. כל שנה החוק תוקן. משרד הביטחון היה מאשר, האישור היה עובר לוועדת העבודה והרווחה, ולא היו שואלים שאלות. היום אם אתה רוצה לתת הטבה של אלף שקל, זה הולך לכנסת, בכנסת יש ועדת העבודה והרווחה, יושב נציג של האוצר, ושר האוצר מתנגד, ולהשיג הטבה זה הדבר הכי מסובך". גם בעבר עשיתם הפגנות ושביתות. "עשיתי הפגנות , אבל אני לא הפגנתי נגד משרד הביטחון, ממשרד הביטחון קיבלתי כל מה שרציתי. עשינו שביתות אם פגעו בנכים. כשפתחו את קולנוע גת, ב- 1958, לא רצו לקבל סדרנים נכים, שבועיים היה סגור.

בשנת 1970 הודיעו לנו פתאום שביטלו את ההנחה בטלפונים. אף אחד לא אמר שום דבר. גם לא משרד הביטחון. לקחתי שני אוטובוסים ונסעתי למשרד הדואר בירושלים. הנכים פרצו והתיישבו בלשכה של שר הדואר, ישראל ישעיהו. אמרתי לו 'אתם לא מתביישים? עשיתם את זה על דעת עצמכם'. והוא סידר את העניין".

**מה אתה חושב על המאבקים של היום ?**

"ההנהגה הנוכחית, בראשות עידן קלימן, עושה רושם טוב ועושה עבודה קשה ואמיצה. רפורמת נפש היא צעד חשוב במקום ובזמן הנכון. אני רואה מה קורה מסביב. היום קשה יותר, האוכלוסייה שונה לחלוטין וגם המדינה. היום אנשים חייבים ייצוג משפטי, לוקחים עורכי דין כדי להשיג אחוזים ואת הזכויות שלהם. בזמננו זה לא היה".

**[רואה למרחקים ארוכים](#משה)**

**משה וייס בן ה- 85 התעוור בגיל 19 ומאז הספיק להקים משפחה, לקדם את תחום כלבי הנחייה, להיות ספורטאי פעיל ולעבוד כמעסה רפואי. בכל מצב בחיים, הוא בוחר לעבוד עם מה שיש**

מאת: דודו לוי רייך

קצינת הקישור של חטיבת הצנחנים מגיעה מדי שנה לביתו של משה וייס בן ה- 85, בשכונת רמת אביב בתל אביב, כדי לברר שהכול בסדר איתו. באותה הזדמנות היא גם נותנת לו את ההזמנה לטקס הזיכרון המסורתי באנדרטת הצנחנים. באחד הביקורים האחרונים הפתיע וייס אותה ואת הנוכחים והכריז: "אני חושב שמגיעה לי כומתה אדומה, בזמנו לא הייתה לנו כומתה כזו". משפט יוצא דופן ממי שנפצע קשה ואיבד את מאור עיניו בקרב בגיל 19, לפני 66 שנה, ואז השאיר מאחוריו את כל העניינים הצבאיים ופתח בחיים חדשים ושונים לגמרי.

"מכאן, העניין התחיל להתגלגל", משחזר וייס את מה שהתרחש בעקבות בקשתו הצנועה. "יונתן, אחד המלווים שלי, הביא לי כומתה אדומה ומאז היא פה. אפילו הצטלמתי איתה. באותה הזדמנות גם החלטתי שזה רעיון טוב, בגיל 85, לסגור מעגל ולחשוף את הסיפור שלי". ואכן, למוישל'ה וייס יש סיפור חיים. הילד שהסתתר באירופה בזמן השואה נפצע ואיבד את הראייה בפשיטה על עמדה של הצבא הירדני. לאורך השנים הוא מעורב בסיוע לעיוורים בתחומים של כלבי נחייה, רכיבה על אופניים זוגיי ם, פיזיותרפיה, שחייה וכדור שער.

"אבא לא דיבר כל השנים על מה שעבר עליו, כי הוא לא אוהב לעשות מעצמו עניין", מגלה בנו הבכור, בועז, בן 62. "הוא תמיד היה כזה. הוא למשל לא סיפר לנו שהוא קיבל את עיטור העוז על חלקו בפעולת התגמול שבה הוא נפצע בשנת 1956. את הצל"ש שלו גיליתי במקרה בתור ילד. היום בטח זה היה כתוב בכל מקום. אבא לא התעניין במורשת הקרב של עצמו אלא בחייו העשירים והעמוסים. רק עכשיו הוא פותח את הפה, אולי בזכות הנכדות שלו".

"אני לא מרצה ומי שמכירים אותי יודעים שאני לא דברן גדול", סוגר וייס את הנקודה. "ביקשו ממני פעם לשאת דברים באחד מטקסי הזיכרון, אז עליתי לדוכן והתחלתי לבכות. אני מתרגש. השכנים שלי רצו להציע את השם שלי לרשימת מדליקי המשואות ביום העצמאות, אמרתי להם 'לא, תודה'. אני אתעלף על המקום שמה".

**מהשואה למלחמה**

מוישל'ה וייס נולד בבלגיה בשנת 1937 להורים שהיגרו ממזרח אירופה. אבי המשפחה ברנט היה איש עסקים שנולד כנראה בצ'כיה, האם לובה גדלה בעיירה על גבול אוקראינה-רומניה. בפרוץ המלחמה נשלחו מוישל'ה ואחיו הצעיר מבריסל להסתתר בכפר בלגי קטן, במסווה של ילדים נוצרים. האב ניסה להגיע לספרד כדי להצטרף לצבא הצ'כי החופשי אבל הנאצים תפסו אותו ושלחו אותו למחנה ההשמדה אושוויץ, משם כבר לא חזר.

כל אותה תקופה נשארה האימא לובה בבריסל, ועבדה כעוזרת בית אצל משפחה אמריקאי ת. לאחר המלחמה שכרה דירה בעיר לה ולשני הילדים שחזרו מהכפר, ובה חיו עד שמוישל'ה הגיע לגיל 12. בשנת 1949 נוצר קשר עם שליחי עליית הנוער של מדינת היהודים החדשה. מוישל'ה ואחיו הצעיר נשלחו לארץ והאם נשארה לסדר את העזיבה והצטרפה אליהם כעבור כמה שנים.

לאחר שנדד בין כמה קיבוצים הצטרף מוישל'ה בן ה- 14 לחברת הילדים שהוקמה בקיבוץ רוחמה בדרום. הוא ועוד כשלושים צעירים וצעירות מחברת הנוער התגייסו לחטיבת הצנחנים כגרעין נח"ל. לאחר טירונות, אימונים, קורס צניחה וקורס מ"כים, נשלחו חיילי הגדוד לפעולת התגמול הראשונה שלהם: תקיפה של מחנה צבאי מצרי בקסיימה שליד בארותיים שבנגב. מהמחנה יצאו מחבלים שהציקו ליישובים ישראליים בסביבה. בסופו של דבר הסתיימה הפעולה בירי לעבר המחנה המצרי ובאפס נפגעים לשני הצדדים.

מאוחר יותר באוקטובר 1956, קצת לפני מלחמת סיני וחצי שנה בלבד לפני השחרור, יצאו וייס וחבריו לפעולת תגמול נוספת שלימים תיקרא מבצע לולב, פעולה אשר שינתה את חייו לעד.

"זו הייתה תקופת הפדאיון ואחרי שהם פגעו בחקלאי שעבד את השדה שלו באזור ראשון לציון, הוחלט על פעולת תגמול שתהרוס כמה מוצבים וכן את תחנת המשטרה של הלגיון הירדני בכפר חוסאן ליד ירושלים", משחזר וייס את הלילה ההוא. "אבל הפעולה הסתבכה כבר מההתחלה, הצנחנים שהיו איתנו חטפו אש ועשרה נהרגו. אז רפאל איתן, רפול המפורסם, שלימים יהיה הרמטכ"ל, פוצץ עם בונגלור את הגדר של המוצב הגדול ליד הגבול וכולנו הסתערנו על התעלות".

במהלך ההסתערות נפצע וייס פעמיים. בפעם הראשונה הוא חטף רסיס רציני בחזה. הוא המשיך לרוץ ונפל לידו פגז או רימון שחדר לראשו, ניתק את עצב הראייה ונטרל אותו לגמרי. הוא פונה במצב קשה לבית החולים הדסה בירושלים, נותח, יצא מכלל סכנה, ופתח את החלק השני והלא פחות דרמטי של חייו.

**פעמיים רוחמה**

שישה חודשים שכב וייס בבית החולים הדסה - עיוור, ללא משפחה ועם פציעות קשות נוספות בריאות וברגל. כל אותה תקופה הוא זכה לביקורים ולטיפול מסור של חברים מקיבוץ רוחמה. לאחר האשפוז חזר לקיבוץ בניסיון לארגן את חייו. "השנה הייתה 1957 ובקיבוץ לא ידעו מה לעשות עם חבר עיוור ולאיזו עבודה יצרנית הוא יכול להתאים", הוא נזכר בחיוך.

**אז מה הם עשו ?**

"באותה תקופה הקימו בקיבוץ את מפעל מברשות רוחמה, אז שלחו אותי לירושלים ללמוד להכין מברשות תקרה עם מוט ארוך, שהיו אז משהו חדש. אחרי זמן קצר הכרתי שם את אשתי המנוחה, שגם לה קוראים רוחמה והיא ממשפחת אבוטבול הירושלמי ת. צירוף מקרים, לא רק משום שאלו אותם שמות, אלא כי גם אבא שלה היה עיוור. היא עבדה כגננת ובהמשך גם כמגיהה של ספרים והמזכירה של הסתדרות הפסיכולוגים בישראל. אישה משכיל ה, מיוחדת ואמיצה שבחרה לחיות חיים שלמים ומלאים עם גבר עיוור כמוני".

בשנת 1960 נולד בנם הבכור בקיבוץ, אבל לווייס ולרוחמה היה ברור שהגיע הזמן לעזוב ולעבור לתל אבי ב, שבה ייוולדו בעתיד שתי בנות. המשפחה הצעירה עברה לגור בשכונת רמת אביב שזה עתה נבנתה. וייס, שבשלב זה כבר נעזר בכלב נחייה לעיוורים, הפך בהמשך גם לאחת הדמויות המוכרות והפעילות בתחום.

"את כלב הנחייה הראשון קיבלתי ממרכז שפעל אז בקריית חיים, ושם גם התחלתי לקבל הדרכה ראשונית על אילוף כלבים. לוקח זמן והרבה תרגולים להתאים את עצמך לכלב ואת הכלב אליך. נבחרתי ליו"ר אגודת העיוורים הנעזרים בכלבי נחייה, והייתי גם מעורב בהקמת בית הספר הראשון בארץ לכלבי נחייה, משהו שלא היה עד אז בישראל".

**נשמע סיפור לא פשוט ולא זול**

"היו לנו באותן שנים קשרים עם פעילים בתחום העיוורים באנגליה ובארצות הברית. ביקשנו מהם לעזור לנו והם התגייסו. שלחנו את אחד האנשים שלנו להשתלמות בארצות הברית, והוא חזר והקים את בית הספר הראשון לאילוף כלבים בקיבוץ גבעת חיים. בהמשך, הקמנו מכלאה עם מאלף וגם זכינו לסיועו של תורם נדיב מארצות הברית. מאז, עבר בית הספר כמה מקומות והוא ממשיך להעניק שירות ל- 20 אלף עיוורים החיים כיום בישראל".

**פיזיותרפיה בפריז**

ותיקי העיוורים בישראל זוכרים היטב את וייס גם כספורטאי בולט ופעיל מאוד עד גיל שבעים, בתחומי שחייה וכדור-שער, שייצג את ישראל ואת ארגון נכי צה"ל בתחרויות, באליפויות בחו"ל ובמשחקים הפאראלימפיים. אחרים זוכרים אותו כאיש שהביא לארץ את תחום האופניים הזוגיים לעיוורים, עליהם רכב במשך שנים רבות עם בני זוג קבועים. אנשים רבים נוספים, לא בהכרח נכים, זוכרים אותו גם כפיזיותרפיסט מומחה בעיסויים רפואיים, אשר עזר להם לשקם את גופם ואת חייהם. הפנייה לפיזיותרפיה קרתה בעקבות מפגש שלו עם גדי סקורניק, בזמנו אלוף הארץ בג'ודו ומראשוני המעסים הרפואיים בישראל שעבד באותן שנים במלון שרתון. "גדי גילה שבצרפת יש מדיניות מוסדרת לפיה במסגרת השיקום שולחים עיוורים ללמוד פיזיותרפיה, ורק בפריז היו באותה תקופה שלושה בתי ספר בתחום", מספר וייס, "משום שאני יליד בלגיה ודובר צרפתית, ארזנו כל המשפחה ונסענו לפריז לשלוש שנות לימודים. חזרתי והציעו לי במשרד הביטחון לחלק את זמני בין עבודה כמעסה רפואי במחלקת השיקום של תל השומר, לבין הדרכה של עיוורים שרוצים ללמוד פיזיותרפיה בארץ. אמרו לי 'תעבוד חצי שנה בשיקום וחצי שנה תשב בבית הספר ותגיד לנו איך ללמד עיוורים עיסוי'. אני כבר ידעתי מראש שהתשובה שלי תהיה כן. קיבלתי קביעות ועד הפרישה לפנסיה עבדתי כמעסה רפואי". "אבא היה המומחה בה"א הידיעה בשיקום כפות ידיים", מוסיף הבן בועז, "עד היום אנשים שזוכרים את אבא עוצרים אותנו ברחוב, מושיטים לו את היד ושואלים אותו 'מוישל'ה, אתה מזהה לפי כף היד מי אני?' ואני יכול להעיד שלא פעם ולא פעמיים אבא אכן זוכר ומזהה את המטופל לפי כף היד".

**אופטימיות ואהבה**

לאורך השנים המשיך וייס להגיע באופן קבוע לבית הלוחם בשכונת אפקה, וגם שם בלט במעורבותו בפעילויות החברתיות והספורטיביות. בעשור האחרון הוא הוריד הילוך, בשל הגיל וגם בעקבות פטירתה של הרעיה האהובה, רוחמה, לאחר שנים ארוכות שבהן התמודדה עם אלצהיימר. "רוחמה אושפזה וביקרתי אותה יום יום, במשך חמש שנים, חוץ מפעם אחת שהחמצתי כי עברתי ניתוח לב פתוח", נזכר וייס בעצב. "העיקר לא להשאיר אותה לבד. פעם אמרו לי 'למה אתה ממשיך לבוא ? היא בכל מקרה לא יודעת מי אתה'. אז אמרתי להם 'כן, אבל אני יודע מי היא'. רוחמה הייתה זאת שאחרי הפציעה קירבה את האנשים אליי".

רגע לפני שאנחנו נפרדים, אני מנסה לברר אצל מוישל'ה מה הסוד של האופטימיות הבלתי נלאית שלו, בטח לאור פציעתו הקשה. הוא לא מהסס וממהר להסביר: "אף פעם לא נכנסתי לדיכאון ולמרה שחורה בגלל מה שקרה לי. לא מהמלחמה שתפסה אותי כפעוט בן ארבע, לא מהפרידה מההורים והמוות של אבא, לא מהחיים כנער בודד בקיבוץ ולא מהמכה של הפציעה. כמובן הייתי רוצה לחזור ולראות בעיניים, אבל מעולם לא חשבתי על זה יותר מדי. חייתי חיים שלמים בלי להתלונן ובלי להתבכיין, זה הכול".

**[תוצרת קנדה](#קנדה)**

**אגודת הידידים בית הלוחם קנדה פועלת למען נכי צה"ל בדרכים מקוריות ויצירתיות. גם בזמן הקורונה**

מאת: סופי בשן

בשנתיים וחצי האחרונות מצליחה אגודת הידידים בית הלוחם קנדה להתמודד עם גיוס כספים במהלך מגיפת הקורונה, ועומדת במחויבות הכספית שלה לבית הלוחם בישראל, אפילו מעבר לכך. ההצלחה נובעת משינוי התוכניות הקיימות והתאמתן לנסיבות החדשות, ומיצירת אירועים חדשניים כדי לרתום תומכים ותיקים ולגייס תורמים חדשים לקהילת החברים. על אף שנתיים די מטלטלות, החברים בקנדה המשיכו לפעול בנחישות ומסירות למען ארגון נכי צה"ל.

**גאלה אחרת**

מדי שנה מקיימת האגודה אירועי גאלה מרכזיים, הקונצרטים של "חגיגת החיים",Celebration of Life concerts, בקלגרי, מונטריאול וטורונטו המלווים בביקורים של חברי בית הלוחם. הקונצרטים פינו את מקומם ל"אירוע מחווה מקוון לגיבורים הישראלים שלנו", הלוא הם נכי צה"ל, והגיעו לקהלים רחבים יותר ברחבי קנדה. תורמים רבים השתתפו בשלושה אירועים מקוונים שהתקיימו מאז סתיו 2020 ותרמו באמצעות הספר הדיגיטלי של אגודת הידידים , Online Tribute Book, אשר הושק גם השנה בסוף ספטמבר. בשנת 2023 מקווה האגודה לארח שוב בקנדה קונצרטים חיים בהשתתפות חברי בית הלוחם וזמרים מישראל.

**תקווה - מגייסים און ליין**

באביב 2021 השיקה האגודה את תוכנית תקווה, קמפיין מקוון לגיוס כספים, יוזמה חדשנית בקרב ארגוני צדקה קנדיים. במשך 36 שעות, צוות של יותר ממאה שגרירים של רצון טוב התחברו לרשתות והופנו ישירות לאתר הקמפיין, אתר עשיר בתמונות ומידע אודות בית הלוח ם. הודות למחויבות השגרירים, והודות לתמיכה הנדיבה של Matching Funders שהכפילו את כל התרומות, הצליחה האגודה באופן מרשים לעבור את היעד הראשוני של הקמפיין שהיה 360 אלף דולר ולגייס קרוב ל 600 אלף דולר. לאור ההצלחה, חזרה האגודה על אותו קמפיין באביב 2022, גייסה סכומים גדולים יותר ויצרה מודעות רבה יותר. בשנתיים האחרונות מאמצי השגרירים של האגודה עודדו כ- 500 אנשים להפוך לתורמים בפעם הראשונה.

**מתגלגלים באומץ**

תוכנית הדגל לגיוס תרומות של בית הלוחם קנדה היא מסע האופניים אומץ בתנועה,Courage in Motion. בשנת 2020 למרבה האכזבה לא היה אפשר להוציא את המסע אל הפועל והמשתתפים נשארו בבית בשל המגיפה. באותה שנה, בחודש אוקטובר, החליפה האגודה את מסע הרכיבה בן חמשת הימים בישראל באירוע מיוחד של יום אחד, Side by Side, שבמסגרתו חברו תורמים קנדים לחברי בית הלוחם, באופן מקוון, ורכבו יחד על אופניים, בקנדה ובישראל בו בזמן. הקנדים הישראלים נשארו מחוברים לכל אורך היום.

למרות הגבלות הקורונה בקנדה ובישראל, ארבעים רוכבי אופניים נחושים החליטו להגיע לישראל ב- 2021 והשתתפו במסע אופניי ם שהתקיים בצפון הארץ בחודש אוקטובר. באותה תקופה קבוצת אומץ בתנועה הייתה אחת הקבוצות הבודדות שהורשו להיכנס למדינת ישראל.

**ילדים של אומץ**

לאחר הפסקה של שנתיים, התרגשות גדולה אחזה באגודה לקראת אירוח נוסף של משתתפי ילדי האומץ, Kids of Courage, ישר אל בריכות השחייה ומסביב למדורה. בקיץ האחרון התארחו 35 ילדים של נכים קשים, חברי בית הלוחם, במחנה New Moon ובמחנה Wahanowin, וזכו לחוויה של פעם בחיים. במשך שלושה שבועות מעניקה התוכנית למשתתפים הצעירים אתנחתא מהאתגרים הנלווים להיותם ילדים להורה פצוע. במהלך השהות בקנדה מתחברים הילדים לחניכים קנדים וחולקים חוויות משותפות והרפתקאות ייחודיות של מחנה קיץ. לפני המחנה ואחריו שהו הילדים הישראלים כמה ימים בטורונטו, פגשו את חברי הקהילה המקומית במסיבות בריכה וביקרו באטרקציות באזור בהן, כמובן, מפלי הניאגרה.

**גולף ומכירת חצר**

באוגוסט התקיים טורניר הגולף השנתי ה- 25 של אגודת הידידים קנדה. הטורניר נפתח בתקיעת שופר, באווירה טובה ושטופת שמש המלווה בטפטופי גשם, הרבה אוכל ושתייה, מילים מעוררות השראה מפי חברת בית הלוחם, דנה פנחסוב, וסיבובי גולף נהדרים. אל השחקנים הרבים החוזרים מדי שנה הצטרפו שחקני גולף חדשים.

בקיץ אירחה האגודה סדרת אירועים בשם מכירת חצר לא רגילה, Not Your Ordinary Garage Sale. נוסף על גיוס כספים, חשפו המכירות בפני חברי הקהילה ותושבי טורונטו את הפעילות של בית הלוחם קנדה. המכירות שווקו בקרב הקהילה היהודית בטורונטו באמצעות בתי כנסת, חנויות קמעונאיות, ארגונים, קהילות, רשתות חברתיות ועלוני מידע. סחורות חדשות ויד שנייה התקבלו מתורמים נדיבים. בימי המכירה נוספו לכל רכישה חומרים פרסומיים אודות הארגון. פוליטיקאים מוכרים הודיעו ברשתות החברתיות על השתתפותם באירוע.

**המשך יבוא**

בשנתיים האחרונות שומרת האגודה על קשר רציף עם התורמים באמצעות אירועי זום, דיוור אלקטרוני, ועדכונים מקוונים. פרויקט כרטיסי הברכה של בית הלוחם קנדה, המציג יצירות אמנות של חברי בית הלוחם, נותר פופולרי כתמיד. לאחרונה נוספו כרטיסים חדשים למלאי, והם זוכים לביקוש רב בקרב התורמים.

באגודה מתכננים להוציא משלחת גדולה של נציגים לכנס הבינלאומי של בית הלוחם 2023, לרגל חגיגות יום העצמאות ה- 75 של מדינת ישראל. לאגודה הצטרפו מתנדבים צעירים ונלהבים המצפים בהתרגשות ובקוצר רוח לארגן אירועים לגיוס כספים. אנרגיה חדשה תמיד מתקבלת בברכה.

[**www.beithalochem.ca**](http://www.beithalochem.ca)

**[לבחור במה שטוב](#יובל)**

מסכמים את ועידת הנגישות, מתכוננים שוב לבחירות ונלחמים בשערוריית תווי החניה

**יובל וגנר**

מייסד ונשיא עמותת נגישות ישראל, נכה צה"ל, טייס בדרגת סא"ל, נפצע בתאונת אימונים

<www.aisrael.org>

**חדשות מוועידת נגישות ישראל**

באמצע ספטמבר התקיימה ועידת נגישות ישראל הבינלאומית. יומיים של ועידה, 107 מרצות ומרצים, 16 מושבים, יום מליאה, 120 אורחים ואורחות מחו"ל ו- 900 מישראל, שלושים מציגים בתערוכה, ותשע תחנות התנסות חווייתיות. מטרת הוועידה היא לקדם את הנגישות והמצוינות וליצור מקום מפגש. השנה התמקדה הוועידה בהנגשת העתיד לבוא בתחומי תחבורה, תיירות, רשויות ועסקים.

את הוועידה פתחה רעיית ראש הממשלה, ליהיא לפיד, אימא לילדה עם אוטיזם. בין היתר נשמעו הרצאות על איך להנגיש מטוסים ולאפשר להגיע עם כיסא גלגלים אישי למטוס; על ספינות תיירות שכל הפעילויות בהן וכל סוגי החדרים נגישים, בכללן פעילויות למשפחות עם ילדים עם אוטיזם כדי לתת ללקוחות להרגיש בנוחות בחופשה מהנה וללא דאגות. מנכ"ל רשת מלונות ברוקלין באנגליה סיפר כי כל החדרים ברשת נגישים, ומהלך ההנגשה היה הצלחה עסקית נהדרת.

בתערוכת הספקים היו מוצגים מרתקים. כדור פורח נגיש לכיסא גלגלים ולמתקשים לעמוד, רכב השטח איזיריידר המותאם לאנשים עם מוגבלות בניידות, פתרונות להנגשה בטבע ובחופים ועוד. לפני הוועידה התקיימו אירועים לאורחים מחו"ל, בדגש על משלחת מובילי הנגישות העולמיים, ,GAILS ראשי תיבות של Global Accessibility Inclusion Leaders Summit. הוועידה הייתה הצלחה גדולה לקידום הנגישות. נתראה בשנה הבאה.

**בוחרים בנגישות**

הבחירות הן ההזדמנות שלנו להצביע ולהשפיע. מאז 2006 יש חובת נגישות לקלפיות למוגבלויות בניידות, ובכל עיר יש קלפיות נגישות וקלפיות מיוחדות נגישות. בקלפי נגישה יש שתי חניות נכים, דרך נגישה עד לחדר הצבעה נגיש, פרגוד הצבעה על שולחן נגיש ופטור מתור בתוקף. הנגישות נותנת מענה לאנשים עם מוגבלות בניידות, אבל מוגבלות בראייה או שכלית תקשורתית עדיין בבעיה ויש לבקש סיוע או להגיע עם ליווי. בפתק ההצבעה רשומה הקלפי אליה אתם שייכים וחשוב לבדוק מראש האם הקלפי נגישה. אם לא, עליכם לאתר היכן ממוקמת קלפי נגישה מיוחדת ושם מותר לכם להצביע. נגישות ישראל פועלת כדי להגדיל את כמות הקלפיות הנגישות ולאפשר בחירות עצמאיות ודיסקרטיות גם למצביעים עם מוגבלות ראייה, קריאה ושכלית.

**שערוריית תווי החניה**

בישראל אין גבולות. אפשר לארגן תו חניה לנכה גם אם המבקש אינו באמת חייבתו, בעזרת מאעכרים הגובים 2,500 עד 5,000 שקל. בשנה האחרונה חל גידול עצום בכמות תווי החניה. יש כ- 40 אלף תווי נכה כחול ובתחום זה אין רמאויות, ויותר מ- 400 אלף תווי חניה משולשים. מדוע ישראלים חסרי כל יושרה חברתית עושים זאת? כדי לחסוך באגרת רישוי ולחסוך בעלויות חניה. התופעה פוגעת מדי יום במי שעבורם חניית היא נכים קריטית. יש ליישם פתרון של תו חניה טכנולוגי אישי, להילחם במאעכרים וברמאים, ולסמן שני סוגי חניות נכים.

**טיול נגיש | פינות פיקניק באזור שער הגיא**

פארק איילון קנדה אתר של קק"ל צמוד לצומת לטרון. בחלק המזרחי דרך נוף מעגלית ויפה. המעיין נגיש באופן מצומצם, יש חניה ודרך נגישה לא נוחה מאבן. בצד המערבי של כביש 3 אזור נפלא עם כמה פינות פיקניק נגישות, חניה, שביל אספלט ושולחנות נגישים, המקום מוצל בעצים.

**פארק אנדרטת מח"ל** צמוד למחלף שער הגיא, אתר של קק"ל, בצד המערבי של כביש 3 לכיוון בית שמש. אזור נפלא עם כמה פינות פיקניק נגישות ומומלצות. יש חניות, דרכי גישה מאספלט בשיפוע מתון, כעשרים שולחנות פיקניק ובכניסה המערבית מתקן לשתיית מים. האנדרטה אינה נגישה.

**[מתחילים מחדש](#רפי)**

**כמה רעיונות פשוטים וישימים לשיפור הבריאות**

פרופ' רפי חרותי - פרופ' רפי חרותי מומחה ברפואת שיקום; מנהל חטיבת השיקום במרכז רפואי שיקומי רעות בתל אביב; חבר סגל בפקולטה לרפואה של אוניברסיטת תל אביב; מנהל אישי - מרכז לטיפול מיני, זוגי, פרטני וטיפולי סרוגייט; שימש רופא בית הלוחם תל אביב במשך 15 שנה. [heroti@reuth.org.il](mailto:heroti@reuth.org.il)

תשפ"ג הגיעה. הזדמנות לחשבון נפש וגם לקבלת החלטות שישפרו את הבריאות הפיזית והנפשית. לעיתים קרובות קשה לנו להתמיד, משום שאנו מציבים לעצמנו יעדים בלתי מציאותיים וקשים מדי. בחרתי להציע כמה רעיונות בריאים וקלים ליישום לשנה החדשה, בתחום הבריאות ואורחות החיים.

**בתיאבון**

אכילה נכונה היא צעד ראשון לקראת אורח חיים בריא. הגוף שלנו, על שלל רקמותיו ומערכותיו, בונה את עצמו מהדברים שנכנסים אל הפה. פעמים רבות קיבלנו החלטה לאמץ הרגלי אכילה בריאים, וזה לא עבד. אפשר להתחיל בביצוע שינויים קלים בתזונה. הוספת ירקות עליים לארוחה מכפילה את צריכת הסיבים, משפרת את העיכול, ומסייעת בירידה במשקל ובמניעת מחלות. תזונה עשירה בהדרים מועילה. מלון ופירות יער משפרים חסינות וחילוף חומרים. יש בהם הרבה ויטמין סי הבריא לעור.

מחקר שפורסם בכתב העת "American Journal of Clinical Nutrition" מצביע על כך שלצורכים דיאטה סיבית ועשירה בוויטמין סי יש פחות קמטים. שינוי מודע והוספת סלטים ומיצי פירות וירקות הוא עוד דרך להתחיל לשפר את התזונה.

אם כבר תזונה בריאה, עדיף להכין לבד ובבית. בישול בבית בריא יותר, שכן יש שליטה על המוצרים וטריותם. יש מגוון יישומונים המסייעים גם ברמת קניית המצרכים הנדרשים, זמן הכנה, רמת קושי, ערך תזונתי, עונתיות ועוד. למשל epicurious ,yummly או אוכל טוב.

**לכבות את הסיגריה**

לפי החברה האמריקאית לסרטן, רק 7 אחוזים מהמעשנים מצליחים להיגמ ל, אך הסיכויים גדלים דרמטית אם משלבים את הניסיון להיגמל עם ייעוץ מקצועי ותרופות להפסקת עישון. אפשר למצוא את האפשרות האישית המתאימה להשגת המטרה.

**בהצלחה בלימודים**

מה יכול להיות טוב יותר מרכישת מיומנות חדשה? מאפייה ועד לנגינה בכלי ולימוד ספרדית, יש מגוון של מיומנויות שאפשר לרכוש. השקיעו זמן בלימוד משהו חדש וראו את עצמכם עושים דברים שאולי לא חשבתם שתוכלו. כדאי להגדיר יעדים מציאותיים ותגמול עצמי בעת השגתם. במקום להירשם לשיעור איטלקית, אפשר להתחיל בעזרת אפליקציה כמו Duolingo בזמנכם החופשי. במקום לשלוט במטבח גורמה צרפתי, אפשר להתחיל עם מנה אחת שתהיה מנת הבית שלכם. צעדים קטנים עוזרים להישאר בריכוז וגם בצמיחה אישית. אפשר לנסות מגוון תחומים: ציור, סריגה, צילום, שפה ועוד.

**למדר את הנייד**

מחקר אמריקאי שפורסם ב- 2018 מגלה כי אדם ממוצע בודק את הנייד שלו כחמישים פעמים ביום. לדעתי המספר גבוה בהרבה. אם אתם נחושים להחזיר לעצמכם את הזמן האבוד, התחילו עם לכבות את כל ההתראות המיותרות והרחיקו את הנייד מכם עד כמה שאפשר, בייחוד לאחר שהגעתם הביתה. בדקו דוא"ל, אינסטגרם, טיקטוק וחדשות רק בזמנים שהגדרתם מראש. בדרך זו לא תמצאו את עצמכם מעבירים עוד שעה בנייד אם רק רציתם להציץ לשנייה.

**יד ביד**

התנדבות תורמת לנפש ולזולת. חפשו תחום שתוכלו להתנדב בו באופן קבוע. להחזיר לחברה ולקדם מטרה מועילה יכול להשפיע גם על הרווחה הנפשית. מלבד הפחתת הלחץ, התנדבות עוזרת לשפר תכונות מנהיגות ומסייעת בשילוב המתנדבות והמתנדבים בקהילה. צאו מאזור הנוחות ועשו משהו שונה: עזרה בשירות קהילתי מקומי, ניקיון החוף, סיוע בבית אבות או בית חולים. אפשר למצוא רעיונות באתר רוח טובה <www.ruachtova.org.il>

**לילה טוב**

שינה שלווה ובמשך זמן מספק היא חיונית ויכולה לגרום לשינוי ניכר באיכות החיים. יש ביסוס מדעי לכך שדפוס שינה בריא מפחית את הסיכון למחלות גופניות ונפשיות. מומלץ ללכת לישון בשעה קבועה. כדאי להימנע מצריכת קפאין בשעות הערב ומצריכת אלכוהול לפחות שעתיים לפני השינה. אם עדיין קשה להירדם, יש כמה טריקים שיכולים לסייע. מחקר שפורסם בעיתון רפואי חשוב מתחום השינה, מגלה כי אמבטיה חמה כשעה או שעתיים לפני השינה עוזרת לאנשים להירדם מהר יותר ומשפרת את איכות השינה. כבו את כל המכשירים האלקטרוניים כשעה לפני השינה. במקום זאת, קראו ספר ותיהנו ממשקה מרגיע. ליל מנוחה.

**[עדכון זכויות אוקטובר 2022](#אבנר)**

כל הרשום בלשון זכר אמור גם ללשון נקבה

אבנר גולן - מנהל אגף זכויות ורווחה

**ביטוח רכב רפואי לפי מחירון החשכ"ל**

נכי צה"ל הזכאים לרכב רפואי ובבעלותם רכב, זכאים לקבל בתגמול חודש דצמבר של כל שנה השתתפות כספית ממשרד הביטחון, בעלות השנתית של ביטוח רכב מקיף וחובה, בעבור שנת הביטוח שתחל בחודש ינואר של השנה העוקבת, כמפורט בהוראה 56.02 פרק ג'. גובה ההשתתפות מחושב לפי ממוצע תעריפים של כמה חברות ביטוח הפועלות בארץ ועל פי פרופיל שמשתניו מפורטים בהוראת הרכב.

משרד הביטחון נתקל בקשיים ממושכים מול חברות הביטוח בביצוע סקר ביטוחי וקבלת נתוני ביטוח. לפיכך נאלץ לעיתים המשרד לשלם לנכים סכומי ביטוח לא ריאליים למחירים הקיימים בשוק הביטוח. כדי לייתר את התהליך המייגע הקבוע בהוראת הרכב, יזמנו דיון, בהובלת יו"ר ארגון נכי צה"ל, עם סגן החשב הכללי, החשכ"ל. בדיון בחנו את האפשרות להוסיף את נכי צה"ל למכרז החשב הכללי בביטוח רכב פרטי לעובדי המדינה המתפרסם בכל שנה. לאחר דיונים ממושכים בהשתתפות נציגי הארגון, אגף השיקום והחשכ"ל, אנו שמחים לבשר לכם כי בקשתנו אושרה ומכרז הכולל לראשונה את נכי צה"ל פורסם בחודש יולי 2022.

ההתקשרות עם חברות ביטוח הזוכות תאפשר לנכי צה"ל הזכאים לרכב רפואי לרכוש ביטוח בתנאים אטרקטיביים הזהים לתנאים הניתנים לעובדי מדינה. בן או בת הזוג של הנכה יהיו זכאים לרכוש ביטוח באותם תנאים. עם פרסום שמות החברות הזוכות במכרז נביא לידיעתכם מידע נוסף ומקיף באמצעי המדיה של הארגון.

**שיפור השירות למטופלים בקנאביס רפואי**

במסגרת רפורמת נפש אחת, שיפרה היחידה לשירותים רפואיים את השירות והטיפול למשתמשים בקנאביס רפואי.

**הקלה בקבלת רישיון**

בוצעו התקשרויות עם רופאים מוסמכים מטעם משרד הבריאות להנפקת רישיון לקנאביס רפואי. אפשר לפנות למרפאה במחוז השיקום, באזור האישי או באמצעות מוקד השיקום, ולהגיש בקשה לקבלת הפניה לרופא ללא עלות ובלי צורך להגיש בקשה להחזר הוצאות לאחר מכן. שמות הרופאים מפורסמים באתר אגף השיקום תחת לשונית "ספקים".

**החזר הוצאות מהיר**

בשל העלויות הגבוהות של הקנאביס הרפואי, בכפוף למינונים המשתנים של כל מטופל, שיפר אגף השיקום את החזר ההוצאות למטופלים בקנאביס רפואי. הגשת בקשה להחזר הדרך הטובה ביותר לקבלת החזר עבור רכישת קנאביס רפואי וציוד נלווה היא להגיש בקשה באזור האישי באתר אגף השיקום. לבקשה להחזר יש לצרף את המסמכים: א. קבלה על רכישת קנאביס רפואי; ב. הצהרה על אי קבלת החזר ממקור אחר. לבקשה הראשונה יש לצרף את הרישיון לקנאביס רפואי והמלצה רפואי ת. ככל שהבקשות יוגשו באמצעות האזור האישי, תהליך ההחזר יהיה מהיר יותר. אפשר להגיש את הבקשה ישירות למרפאה במחוז השיקום, אך משך הטיפול יכול להיות ארוך יותר.

החזר נסיעות אוטומטי לאיסוף הקנאביס נסיעה ישירה לבית המרקחת כדי לקנות את הקנאביס, במקום לקבלו במשלוח, מזכה בהחזר הוצאות נסיעה בתשלום אוטומטי. ההחזר ישולם עד למרחק מקסימלי של עשרים קילומטר ממקום המגורים לבית המרקחת וחזרה.

**חברת אלדן - מאגר רכב בבעלות המדינה**

חברת אלדן זכתה בתפעול מאגר הרכב והחלה להעניק שירות לזכאים לרכב בבעלות מדינה. במרכז בדרך שלך ובמוקד טלפוני. מ- 1 באוגוסט 2022 מעניקה אלדן שירות מתחילת תהליך המימוש ועד להחזרת הרכב בתום תקופת השימוש, כולל: טיפול בתקלות, רכב חלופי, טסט, ביטוחים וכדומה.

**מרכז שירות - בדרך שלך**

אבא הלל סילבר 5, לוד  
ראשון עד חמישי 8:00 עד 17:00 ;  
שישי וערבי חג 8:00 עד 12:00  
3878 \* פעיל 24 שעות ביממה 7 ימים בשבוע  
[shikum\_magar@eldan.co.il](mailto:shikum_magar@eldan.co.il)

**עדכון תגמולים לפי מדד אפריל 2022**

תגמולי הנכים מעודכנים בשיעור של 2.45 אחוזים מחודש אפריל 2022 וישולמו בתגמול חודש נובמבר 2022 . תגמולי הנכים מעודכנים פעמיים בשנה, בחודשים אפריל ואוקטובר, וצמודים למדד השכר בסקטור הציבורי-קהילתי שמפרסמת הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. העדכון מבוצע מכוח הסכם שנחתם ב- 1986 בין משרד הביטחון לבין ארגון נכי צה"ל.  
בשל משבר הקורונה, שגרם לעיוות הנתונים ולעלייה מלאכותית של המדד, נחתם בדצמבר 2020 הסכם בין מנכ"ל משרד הביטחון לבין יו"ר ארגון נכי צה"ל, לפיו הוסכם על עדכון תגמולים בשיעור של 2.45 אחוזים במועדים המפורטים בהסכם עד למדד חודש אפריל 2022. עדכון התגמולים בגין מדד אוקטובר 2022 ואילך יבוצע בהתאם להוראות ההסכם שנחתם ב- 1986.

**8944 \* | קו תמיכה למתמודדים עם פוסט טראומה**

קו התמיכה נפש אחת של אגף השיקום פועל במתכונת מוגברת ומזמין את נכי צה"ל המתמודדים עם פוסט טראומה, וחיילים משוחררים החשים מצוקה נפשית לפנות לקו התמיכה והסיוע הנפשי בטלפון 8944 \*.  
גורמי המקצוע מפעילים את קו התמיכה בשבילכם ולמענכם 24 שעות ביממה, 7 ימים בשבוע. אפשר לקיים שיחה אנונימית.

**מי זכאים לסיוע ?**

• נכי ונכות צה"ל המתמודדים עם פוסט טראומה.  
• מי שהגישו בקשה להכרה בנכות במשרד הביטחון.  
• מי ששירתו בצה"ל, במשטרה, בשירות בתי הסוהר וביחידות הביטחוניות ומתמודדים עם קשיים בעקבות אירועים שהתרחשו בזמן השירות.  
• בני משפחה של מי שמתמודדים עם קושי נפשי בעקבות השירות.  
הסיוע ניתן ללא עלות, ללא צורך באישורים כלשהם או ביורוקרטיה.

**אביזרי נהיגה לנכה שאינו זכאי לרכב רפואי**

אגף השיקום מממן רכישה, התקנה ופירוק של אביזרי רכב אשר המכון הרפואי לבטיחות בדרכים, מרב"ד, קבע כי הנכה חייב בהם עקב הנכות המוכרת.  
נכה שאינו זכאי לרכב רפואי, אולם המרב"ד הגביל אותו לאביזר נהיגה, למעט הגה כוח וגיר אוטומטי, זכאי למימון, רכישה והתקנה של האביזר שאישר המרב"ד. במקרים שבהם קבע המרב"ד שעל הנכה לקבל שיעורי נהיגה ולעבור מבחן כשירות לצורך שימוש באביזר שהותקן, יממן אגף השיקום את השיעורים ואת המבחן.  
הזכאות להתקנת אביזרי נהיגה ברכב חדש היא אחת לחמש שנים. מימון והתקנת האביזרים ייעשה באמצעות הפניה של משרד הביטחון לספק בהתקשרות המשרד או לחילופין באמצעות החזר כספי לתגמול הנכה לאחר הצגת חשבונית או קבלה מקורית.

**הארכת תוקף הוראת שעה תט"ר**

בשל פיזור הכנסת, תוקף הוראת השעה לתשלום תגמול טיפול רפואי (תט"ר) חלקי, לנכים המועסקים במשרה חלקית עקב נכותם, מוארך בארבעה חודשים נוספים. אגף השיקום ממשיך לשלם את התגמול למקבלים אותו באופן אוטומטי עד חודש פברואר 2023.

**[לומדים להשתפר](#חיים)**

לקראת השנה החדשה, שדרוג ההון האנושי הוא צעד שכדאי להשקיע בו

חיים ליפא - נכה צה"ל, יועץ עסקי, מפתח מודל ה- GPS האנושי לשדרוג הפוטנציאל של המוח

053-6998885 [lipah10@gmail.com](mailto:lipah10@gmail.com)

בעידן הפוסט־קורונה, העולם התעסוקתי משתנה במהירות ומעמיד אתגרים שלא היו כמותם בעבר. השיח החברתי והכלכלי עוסק בשאלות הקשורות לעולם החדש, לשימוש במקורות מידע, ללמידה ועבודה בבית ולחשיבה על העתיד. עלינו לפתח דרכי מחשבה וכלים שייתנו מענה לפתרון בעיות מורכבות בתעסוקה ובחיים בכל ל, בעיות שברור שנצטרך לטפל בהן.

הגלובליזציה מתמקדת בשליטה על משאבים, על כלכלת ההמונים ועל אופני רכישת ידע וכישורים המשתנים במהירות, לאור הופעת טכנולוגיות תקשורת מתקדמות. ככל שאנו נכנסים לתוך העשור השלישי של המאה ה- 21 מתעצם קצב החיים ומתחזק הצורך בקשרים ובאינטראקציות מול רובוטים ובינה מלאכותית. חוסר תיאום וסנכרון מספק בין הטכנולוגיה המתפתחת בקצב מואץ ובין תשתיות ההכשרה, החינוך והלמידה, גורם לפערים מובנים ומתמשכים.

**הון אנושי כחול לבן**

פערים אלו מחייבים מענה מתאים, רצוף ומתמשך ופיתוח של מענים חינוכיים, קהילתיים וחברתיים חדשים שיטפלו בידע ובפיתוח קריירה מותאמת לעידן פוסט־קורונה. הגלובליזציה מייצרת תחרות על משאבים ועל יתרונות הקשורים להון האנושי.   
יש להשקיע בלימוד כישורים ומיומנויות הנמצאים בחזית העשייה. הקשר בין חינוך לכלכלה הוא מובהק ויש לעסוק בו בהיבט מערכתי הוליסטי רב־ממדי. הבוגרים והבוגרות הרצויים נדרשים ליכולות ניתוח והבנה של תהליכים ושינויים בסביבה הקרובה והרחוקה, לעבודת צוות, שיתופי פעולה וסיעור מוחות והתמודדות עם חשיבה אינטגרטיבית מורכבת בסביבות למידה משתנות. במידה מסוימת נדרשת מערכת החינוך להכין את התלמידות והתלמידים להתמודד עם צורות חיים שאיננו מכירים ועם מקצועות שטרם פותחו.

**צו השעה - קוד אתי**

מהבנת המצב העכשווי אפשר להגדיר את תמצית המטרות והיעדים להכשרה מקצועית, לימוד ופיתוח אישי במציאות של אי ודאות. המטרה היא להכשיר ולחנך בוגרים ובוגרות טכנולוגיים, בעלי כישורים ויכולות שיסייעו להם להתאים את עצמם למציאות המשתנה תדיר. יש לצמצם את הפער בין שליטה במידע לבין היכולת לעשות בו שימוש, ללמוד כיצד ללמוד לכל אורך החיים, לדעת להסתגל, לצמוח ולהשתלב באופן מתמיד בעולם תעסוקתי משתנה ודינמי. נוסף על כך, נדרשת מעטפת נורמטיבית ערכית לחיפוש אחר הטוב והליכה בדרך הישר. העולם הערכי צריך קוד אנושי יציב וקבוע המתווה דרך, מכוון ומוביל לערכי יסוד ברורים. בניגוד ליכולות הטכנולוגיות המתפתחות ומשתנות, נפש האדם אינה משתנה, והעולם הערכי יישאר כמו שהיה מאז ומתמיד.

**מה כדאי ללמוד**

בדור הישן אפשר היה לשלוט בכל מקורות הידע בתחום העיסוק. כיום המציאות משתנה בתדירות גבוהה. לעולם לא נוכל להקיף את הידע כולו, וניאלץ תמיד לסמוך על ידע של שותפים אנושיים לדרך ולעבוד בקבוצות כדי להשלים מיומנויות שאין לנו.

**מה כדאי להכניס לארגז הכלים של העידן החדש?**

ללמוד כיצד ללמוד, מטא קוגניציה; להתמיד בלמידה עצמית לכל אורך החיים; לאמץ חשיבה מבוססת אינטליגנציות מרובות וחשיבה יצירתית; לתכנן ולהוביל פרויקטים מעשיים; לרכוש יכולת דיאלוג מפותחת, לדעת לנסח רעיון ולהופיע בפני קהל. בעידן הנוכחי כדאי גם להשקיע בלמידה ארגונית, באיסוף תיעוד, ושימור ידע, ובתחקור שגיאות והצלחות.

**סובלנות וכבוד**

נוסף על כל אלו, כדאי להשקיע במיומנויות של משא ומתן ובעבודה בשיתופי פעולה וצוותים. פיתוח קשרים עם אנשים, נטוורקינג, בארץ ובעולם, יעזור גם כן. כל הכישורים הללו, היוצרים שיתופיות וסינרגיה בין חוזקות ויכולות, תורמים למוטיבציה ולתחושת לכידות חברתית. כישורים כאלה יקדמו סובלנות וכבוד הדדי, חשיפה למגוון דעות, סוגי אישיות וסגנונות למידה ועבודה. בדרך לעולם חכם ומתקשר יותר, כדאי לזכור את אמירתו של של אוסקר ויילד: "החינוך הוא ערך נשגב, אך חשוב לזכור מפעם לפעם כי מה שבאמת חשוב לדעת אי אפשר ללמוד".

**[בני צבר - פסל](#בני)**

**הדמויות והחיות שהוא יוצר מלאות שמחת חיים, בדיוק כמוהו**

**מי אני**

בני צבר, פסל, בן שבעים, גר בגן יבנה. נשוי, אב לארבעה, סבא לשישה.

**מה שעולה בדמיון**

"נפצעתי בגיל עשרים במלחמת יום הכיפורים בקרבות ליד העיר סואץ. שירתי עוד שלושים שנה והשתחררתי בדרגת סגן אלוף. העיוורון היה תהליך מתמשך. יש לי רסיסים במרכז הראייה ולאט לאט הם ניתקו את עצבי הראייה. התעוורתי לחלוטין לפני שמונה שנים. משרד הביטחון הפנה אותי למועדון אתגר ומצאתי את המקום שלי בפיסול בחמר. אנשים שומעים על העבודות שלי ובאים לראות איך העיוור מפסל. המחמאה הכי גדולה שקיבלתי - 'לא רואים שאתה עיוור'. אני מחליט לפסל כל מה שעולה לי בדמיון, בעיקר בעלי חיים ודמויות. את הפסלים שורפים פעמיים ואני לא צובע אותם. ברגע שפיסלתי, אני מאבד עניין. כשאני עובד על פסל אני כל כולי בתוכו. אחרי שגמרתי, אני לא זוכר, אני צריך למשש כדי להיזכר. עד היום פיסלתי יותר מ- 250 פסלים. הם אצלי בבית ואשתי לא מוכנה אפילו לתת אותם מתנה. כל הגינה שלי זרועה בפסלים".

**השיקום האמיתי**

"מועדון אתגר באשדוד, מועדון נכים של משרד הביטחון, הוא מועדון לשיקום באמנות. במועדון רשומים שבעים איש ויש בו מגוון עצום של חוגים: פיסול בנייר, נגרות, מסגרות, צורפות, ויטראז', מוזאיקה, מחשבים, פסיפס, ציור. וזה רק חלק.

המנהלת הנהדרת שלנו, שמה מתי פרנק, היא תמיד נמצאת שם עבורנו. המדריכה שלי בפיסול היא מימי עזריאלי. המדריכה מלווה אותי באופן צמוד, נותנת לי לעשות מה שאני רוצה ותוך כדי מכוונת אותי שהפסל יהיה בפרופורציות הנכונות. עיניים בגובה הנכון, לחיים מתאימות, סנטר. לאט לאט למדתי לעשות את הדברים בצורות הנכונות. היום המדריכה עוזרת לי רק בהכוונה. אני מאוד אוהב ללכת למועדון וזה השיקום האמיתי שלי. בחגים וחופשות אני מטפס על הקירות ".

**מירי עיניים של בני**

"רעייתי, מירי, צמודה אליי 24/7 . מרגע שהתעוורתי היא החליטה להקדיש את החיים שלה כדי שיהיה לי נוח. גם במועדון, כשאני מפסל, היא יושבת לידי ועוזרת, מגישה לי חומר. כולם מתפעלים ממנה ואני אסיר תודה שהיא אשתי. קוראים לה מירי עיניים של בני. ובאמת, העיניים שלי נמצאות על הראש של אשתי. כי דברים הכי בסיסיים, עיוור עושה אותם אחרת.  
למדתי להפעיל מחשב ויש לי גם טלפון מיוחד לעיוורים, אבל אשתי מקריאה לי כל יום את הכותרות בעיתונים. דבר אחד מציק לי, שיש לי שישה נכדים ושלושה נולדו אחרי שהתעוורתי ולא ראיתי אותם מעולם. כל דבר אשתי מסבירה לי מה רואים. היא פיתחה שפה מיוחדת, היא הולכת איתי יד ביד ומסמנת לי עם האצבעות מה עושים, לעצור, לפנות ימינה, וכדומה. אני נוסע איתה לחו"ל ואני תמיד נוהג לומר 'עדות של מומחה, אין מה לראות' ".

**נשאר אופטימי**

"האמנות נותנת לי את התחושה שאני מסוגל. אי אפשר לתאר את הנכות שנקראת עיוורון. זה לא דומה לעצימת עיניים כי לעיוור צריך לעזור. כשאני הולך עם אשתי לתיאטרון, אני מניח את הראש שלי על הכתף שלה והיא לוחשת לי מה קורה. ואז היא אומרת 'מצאת לך זמן להיות עיוור. הנה, בדיוק עכשיו היא מתפשטת'. זה ההומור שלנו. אף אחד לא בחר להיפצע ולא בחר להיות נכה צה"ל אבל ברגע שזה קורה, לא צריך להיכנס למרה שחורה, צריך לחפש את הצדדים החיוביים ולהתקדם. אני עושה כל דבר שיכול לחלץ אותי. למדתי להשיט לבד סירות בים, אני נותן הרצאות לבתי ספר ולחיילים וגם לומד בבר אילן פעם בשבוע. אסור להיכנס למרה שחורה ואסור להתמסכן. צריך לראות מה אני יכול עוד לעשות, ולקבל כוח. אני אדם אופטימי, כך הייתי וכך אשאר".

**[ותחשבו על זה](#אנני)**

**המזון הנכנס לגוף משפיע ישירות על המוח והקוגניציה**

אנני רויזמן

המוח הוא איבר המפקד על תהליכים פיזיים החיוניים לגופנו ואחראי גם לאיכות החיים שלנו. על פי מחקרים רבים, ירידה קוגניטיבית מתחילה כבר בשנות העשרים לחיינו. קצב הירידה תלוי בגורמים רבים ומגוונים כמו תורשה, סביבה, גודל המוח, השכלה ולמידה ועוד.

המוח הוא בעל יכולת התחדשות גם בגיל מבוגר. יכולת זאת נקראת גמישות המוח והיא אחת התכונות המסקרנות והנחקרות ביותר בימינו.

אחד הגורמים החשובים המשפיעים על תהליכי הזדקנות המוח הוא תזונה. להלן מזונות ותוספי תזונה שמומלץ לצרוך.

**מזונות עתירים בנוגדי חמצון**

מדענים פיתחו סולם ערכים מספרי המשקף את כמות נוגדי החמצון במוצרי מזון. הסולם מכונה Oxygen) ORAC radical absorbance capacity) ומודד כמות יחידות במאה גרם של מוצר.

על פי סולם ORAC, בפירות מובילים שזיפים מיובשים המכילים 5,770 יחידות, צימוקים 2,830, תות שדה 1,540, תפוזים 750 וענבים אדומים 739 . בפינת הירקות לתרד 1,260, ברוקולי 890, סלק 840 , פלפל אדום 710 .

**ויטמינים B6 ,B12 וחומצה פולית**

בשנים האחרונות מחקרים רבים מראים כי רמה גבוהה של הומוציסטאין בדם קשורה למחלת הדמנציה ולאלצהיימר. הומוציסטאין היא חומצה אמינית ורמה גבוהה שלה יכולה להיווצר מחוסר בוויטמינים B12 ו- B6 או חוסר בחומצה פולית.   
ויטמין B6 קיים במקורות מן הצומח: דגנים מלאים ומוצריהם, קוואקר, קטניות, בוטנים, אגוזים, מולסה, שמרי בירה, ירקות ובעיקר תפוח אדמה, כרוב, כרובית, פלפל ירוק ועליים ירוקים, פירות ובעיקר שזיפים, אבוקדו ובננות. המקורות התזונתיים העיקריים לוויטמין B12 הם מזון מן החי: בשר ועוף, דגי ים, מוצרי חלב ובעיקר גבינה צהובה ורוקפור, ביצים.

מקורות תזונתיים לחומצה פולית, ויטמין B9, אפשר למצוא במזונות מן הצומח:

ירקות עליים ירוקים, ירקות ממשפחת המצליבים, שעועית, פירות הדר, תפוחי אדמה, אספרגוס, דגנים מלאים, אגוזים, אפונה, בטטה וסלק.

**תפריט ים תיכוני**

כדאי לאמץ תפריט המכיל דגנים מלאים, קטניות, ירקות ופירות, שמן זית, גבינת עזים, דגים, עוף, ביצים ומעט בשר אדום.

**חומצות שומן אומגה 3**

מעטפת תא המוח מורכבת גם מחומצות שומן מסוג אומגה 3 המסייעות בוויסות הכניסה של חומרים מזיקים לתא ומאפשרות להכניס חומרים חיוניים.

מקורות מן הצומח: פשתן, אגוזים ושקדים, מרווה, תרד, אצות, עלי ריג'לה. מקורות מן החי: בעיקר דגי ים ממים עמוקים בים הצפוני כמו סרדינים, סלמון, הרינג (מטיאס), טונה, מקרל, פורל, הליבוט, סול.

אפשר לומר בבטחה כי נוכל להשפיע לטובה על הזדקנות של המוח באמצעות אורח חיים בריא.

הכותבת היא נטורופתית, מנחת סדנאות "בישול מבריא "

פסטה מקמח מלא עם סרדינים וסלסת עגבניות

חומרים ל- 4 מנות

1 חבילה של ספגטי מקמח מלא  
2 עגבניות גדולות חתוכות לקוביות  
1 בצל סגול חתוך דק  
50 גרם זיתי קלמטה מגולענים וחצויים  
חצי פלפל צ'ילי חתוך דק  
מיץ סחוט מחצי לימון  
חופן בזיליקום חתוך דק  
2 קופסאות סרדינים מסוננים משמן  
הכנה:  
לבשל את הפסטה לפי הוראות הכנה, להקפיץ במחבת עמוקה את שאר רכיבי המתכון לשתי דקות, רק עד שהסרדינים מתחממים. להוסיף פסטה מסוננת ולערבב היטב.   
בתיאבון.

**פנקייק בננה עם אוכמניות**

חומרים ל- 8 פנקייקים גדולים  
3 ביצים / 1 בננה / 2 כפות שבבי קוקוס דקים / 3 כפות קמח שקדים / שליש כוס חלב שקדים / 1 כף שמן קוקוס / אוכמניות

הכנה:  
לעבד את כל המוצרים חוץ מהאוכמניות למחית חלקה במעבד מזון. לחמם מחבת כדקה מראש ולטגן את הפנקייקים כדקה מכל צד. לפזר אוכמניות בנדיבות.   
בתיאבון.