

עלון פסיכואקטיב

מאי 2011



שלום רב,

אנו בתקופה קשה בשנה: מאחורינו יום האדמה ויום השואה ואנו עומדים לקראת יום הזיכרון, יום העצמאות ויום הנכבה. אירועים אלה אינם נושאים משמעות דומה עבור כל אחד. איך להכיל, לפשר, לגשר בין אירועים אלה, בין הזדהויות שונות שקיימות בתוכנו, בין כאבים, פחדים, וכעסים? הכאב על האובדנים הרבים, בקרב פלסטינים, ערבים, ויהודים, הינו רב מאד. האם נוכל להגיע יום אחד למצב שבו הימים "המכוננים" הללו בלוח השנה יוכלו להיות משותפים?

יש כבר ארגונים לא מעטים שפועלים כדי לחבר דווקא בימים "המפרידים" הללו, שעליהם מדווח בחלק האחרון של העלון: לוחמים לשלום יקימו טקס זיכרון אלטרנטיבי, משותף לישראלים ופלסטינים; בירושלים יתקיים טקס זיכרון משותף לאובדן בשני הצדדים, אשר רותי ובלה חברות פסיכואקטיב הן ממארגנותיו, ובגליל תתקיים פעילות באופי דומה; עמותת "זוכרות" מקיימת ערב בנושא יום הנכבה שבו ישתתף בין השאר גם אורי מפסיכואקטיב, ומזמינה להצטרף לתהלוכת השיבה הפלסטינית; ארגון "יש גבול" ממשיך במסורת טקס הדלקת המשואות האלטרנטיבי, ששנה שעברה אילנה ל' ייצגה בו את פסיכואקטיב כאחת ממדליקות המשואה.

מלבד כל אלה, ועדכון על פעילויות נוספות של ארגונים שונים, בעלון החודש עדכון על פעילויות פסיכואקטיב שבדרך: נספר על סדנאות פסיכואקטיב בפסטיבל אקטיביזם הקרב ומעט על כנס פסיכואקטיב שצפוי להיערך בספטמבר תחת הכותרת "יש לנו פיל בחדר" ולעסוק בצמד הטיפולי היהודי-ערבי.

בחלק הראשון של העלון מדווח גם על פעילויות שהתרחשו בחודש אפריל, כמו יום עיון שהעבירה רות על "עזרה ראשונה רגשית" לאקטיביסטים, המשך ההתכתבות עם רשת בתי הקפה על רקע גזענות במדיניות השפה שלהם, ופגישה עם אורחת מחו"ל בנושא mindfulness ואקטיביזם. על פגישות מעניינות נוספות, שהתקיימו בתחילת חודש מאי, נדווח בגיליון הבא של העלון.

בעלון גם טעימות מדיווחים שנערכו ברשימת המייל בחודש אפריל, כמו הדיון על ענישה קולקטיבית בעוורתא בעקבות הרצח באיתמר ודיון מפתיע בתגובה לאתר חדש של קבוצת פדופילים ישראלים. בנוסף, כרגיל - המלצות תרבות ואמנות.

בברכת קריאה נעימה,
יעל ואפרת

תוכן העניינים של גיליון מאי:

עמ' 3 - היכרות עם פסיכואקטיב והזמנה לפעולה

עמ' 5 - חדשות פסיכואקטיב

עמ' 17 - המלצות תרבות ואמנות

עמ' 19 – אירועי מחאה, סיורים והפגנות: מידע נוסף

להרשמה ניתן לשלוח מייל לכתובת alon.psychoactive@gmail.com, עם הכותרת "הרשמה לעלון פסיכואקטיב".

חשוב לנו להדגיש: השימוש בכתובות הדואר יהיה אך ורק למטרת משלוח העלון החודשי.

היכרות עם פסיכואקטיב והזמנה לפעולה

מהי פסיכואקטיב?

מאחורי השם "פסיכואקטיב" עומדת קבוצה של א/נשים מתחום בריאות הנפש ששמו להם/ן למטרה להיות מעורבים/ות בנושאים חברתיים-פוליטיים, ככלל, ובנושא הקונפליקט הישראלי-ערבי בישראל ובשטחים הכבושים, בפרט. הקבוצה פועלת מתוך הכרה בזכותו הבסיסית של אדם, באשר הוא אדם, לרווחה נפשית לצד חירותו הפיזית. אנו מגייסים/ות את הכלים העומדים לרשותנו כנשות/אנשי מקצועות טיפול על מנת להעמיק את ההבנה ואת המודעות בנושא הכיבוש והמלחמה המתמשכת בין שני העמים וההשלכות הנפשיות על האוכלוסיות משני צידי הקונפליקט. כמו כן, כלים אלה משמשים אותנו בקידום תהליכי החלמה ושיפור הרווחה הפסיכולוגית של הפרט, המושפעות מהמציאות החברתית-פוליטית בה הוא חי.

מתחילת דרכנו נדרשנו לסוגיית הגדרת הגבולות האידיאולוגיים, ובחרנו בדרך של פלורליזם וריבוי דעות, כך שהגדרת ההשתתפות בפסיכואקטיב תהיה הרחבה ביותר האפשרית. המשותף לחברי 'פסיכואקטיב' הוא התנגדותם לכיבוש ולאי שיוויון והיותם מצויים שמאלה מהמרכז במובן הפוליטי-חברתי, אך מעבר לכך, ההגדרות האידיאולוגיות הן אישיות, רבות ומגוונות. אתם מוזמנים לקרוא עוד על הקבוצה באתר.

הבמה להצעת פרויקטים חדשים, לדיון עליהן ולעדכון בהתפתחותם היא בפגישות פסיכואקטיב שנערכות פעם בחודשיים-שלושה, במקומות שונים בארץ, וכן ברשימת התפוצה האינטרנטית. הכוללת כ-250 מכותבים/ות. מוזמן להצטרף כל מי שרואה עצמו מחובר לעשייה וחשיבה טיפולית, ללא קשר לתעודות, או לותק במקצוע. ניתן להצטרף לקבוצת פסיכואקטיב על ידי הצטרפות לרשימת התפוצה במייל, הכוללת בדרך כלל התכתבות ענפה ולעתים אף אינטנסיבית בין חברי הקבוצה. להרשמה, כנסו לאתר הקבוצה www.psychosocial.org.il בתפריט למעלה בחרו "הצטרפות" ומלאו את טופס ההרשמה הקצר.

מפגש פסיכואקטיב הבא נקבע לשישי, ה-17.6. פרטים נוספים יועברו ברשימה. למפגש מוזמנים כל חברי פסיכואקטיב - חדשים כותיקים, אקטיביים ופחות... לפרטים: [ורדה](#) או [ארנונה](#).

להלן רשימת פעילויות פסיכואקטיב המתקיימות בהווה:

פעילות תמיכה וסולידריות עם המשפחות בלוד שבתיהן נהרסו ע"י הרשויות – לפרטים והצטרפות: [דורית](#)

רשימת מטפלים לפעילים - פסיכואקטיב מציעה טיפול נגיש ומיידי, עד כמה שאפשר, לפעילות/ים ביוזמות חברתיות ופוליטיות אשר נקלעו למשבר נפשי – טיפול שבו יוכלו לסמוך על כך שהעמדה הראשונית של המטפל תהיה מקבלת וידידותית כלפי פעילותם. מטפלים/ות המנויים על רשימת התפוצה של פסיכואקטיב מוזמנים/ות להצטרף לרשימה.

כנס בנושא טיפול רב תרבותי יהודי-ערבי – כנס פסיכואקטיב שייערך בספטמבר יעסוק בדינמיקה המורכבת הקיימת הטיפול כאשר הזוג הטיפולי מורכב מיהודי וערבי. לקראת הכנס תיידרש כרגיל התגייסות וסיוע מצד אנשי פסיכואקטיב, בארגון ובהחייט קבוצות. מי שמעוניין/ת להצטרף לסייע מוזמן/נת לפנות ל**רונן** או ל**ורדה**.

ליווי פעילים/ות למען זכויות בעלי חיים בהקמת קו תמיכה לפעילים/ות – מוזמנים להצטרף חברי/ות פסיכואקטיב התומכים/ות בפעילות למען זכויות בע"ח ומוכנים/ות לקחת חלק בהמשך הפרויקט – למשל, בהדרכה של הפעילים/ות בקו, בהרצאות, ובקבלת הפניות מפעילים המתקשרים לקו. **לפרטים והצטרפות: מיה** או לירון.

פסיכואקטיב עם בצלם: "חמושים במצלמות" בחברון - תמיכה בצוות בצלם בחברון ובמשפחות המשתתפות בפרויקט דרך עבודה ארוכת טווח שתמציתה פגישות פעם בחודש בבתי המשפחות בצוותים של שלוש. אחת מאנשי הצוות משמשת גם כמתרגמת. אנו מזמינות אנשים להצטרף לפרויקט, ובמיוחד כרגע דו-לשוניים. לפרטים והצטרפות, מרכזת הפרויקט: **תמר** ונעמה.

ליווי לעובדי מוקד הסיוע לעובדים זרים – חלק מחברי המרכז סובלים סימפטומים של טראומטיזציה משנית שדורשת התייחסות מתמשכת. למרכז יש צורך בייעוץ ובמתן חוות דעת מקצועיות. **לפרטים: רונן ב'**

קידום אפשרויות הטיפול באוטיזם בשטחים - החלק הנוכחי של הפרויקט מתמקד בשיתוף פעולה עם מרכז "פראח" לשיקום בשכם והכשרת אנשי מקצוע בשטח. סוכם על הקמת צוות ישראלי מקביל לצוות המולטידיסציפלינארי שעובד במרכז. מתוכננים חמישה ימים רפואיים פעם בחודש. **לפרטים ולהצטרפות: ארנונה**.

עלון ואתר פסיכואקטיב – העלון והאתר מוסרים מידע לחברים מתוך ומחוץ לפסיכואקטיב. עקב מגבלות של משאבים רוב החומר כרגע הוא בעברית, אך יש רצון להפיק כמה שיותר חומרים בערבית ובאנגלית. בעלי יכולת תרגום לאחת מהשפות הללו מוזמנים בשיתוף איתנו לברור חומרים שנראה להם חשובים לתרגום ונפרסמם

באתר, או בעלון תקופתי שאינו בעברית. **לפרטים והצטרפות: alon.psychoactive@gmail.com**

לעדכון על פעילויות יש ליצור קשר עם אפרת או יעל - **alon.psychoactive@gmail.com**

חדשות פסיכואקטיב

מדור המוקדש לעדכון על פעילויות של פסיכואקטיב, לסקירות על פעילויות מזווית אישית של חברי פסיכואקטיב, ולדיווחים מפגישות ומדיונים וירטואליים. **חדשות פסיכואקטיב שיוצגו בעלון זה:**

- | | |
|--|--|
| 1. דיווח על הכנות לכנס פסיכואקטיב בספטמבר | 5. מכתב שני להנהלת ארומה ת"א נגד גזענות |
| 2. דיווח על יום עיון לפעילים: עזרה ראשונה רגשית שנערך באפריל | 6. מפגשים עם פסיכואנליטיקאים פעילים פוליטית מארה"ב |
| 3. סדנאות פסיכואקטיב בפסטיבל אקטיביזם – 19-21.5.2011 | 7. סיוע לפליטים ועובדים זרים בקו לעובד |
| 4. סיכום פגישה עם אלסנדרה פיגני: mindfulness ואקטיביזם | 8. דיון ברשימה: ענישה קולקטיבית בעוורתא בעקבות הרצח באיתמר |
| | 9. דיון ברשימה: תגובות לאתר של קבוצת פדופילים |

1. "יש לנו פיל בחדר" – הכנות לכנס פסיכואקטיב השנתי,

חיפה 19.9.11

כנס פסיכואקטיב יעסוק השנה בדינמיקה המורכבת הקיימת הטיפול כאשר הזוג הטיפולי מורכב מיהודי וערבי, והוא יקרא "יש לנו פיל בחדר" (אבל לפעמים לא מדברים עליו, למרות שהוא מאד גדול...). הכנס, בהובלתו של רוני סרור ושל קבוצה מתוך חברי פסיכואקטיב, כבר בתהליכים מתקדמים של התארגנות. יום העיון יתקיים ב-19 לספטמבר בחיפה, בשיתוף עם החוג לפסיכותרפיה באוניברסיטת חיפה ועם החוג לפסיכולוגיה של אוניברסיטת חיפה (שמשון רובין מבין המארגנים), וכן בתמיכת המרכז הערבי-יהודי באוניברסיטת חיפה. בכנס ישתתפו מרצים שונים, הן מפסיכואקטיב והן מאוניברסיטאות שונות בארץ, ותוצג גם עבודה קלינית מעשית. כמו בכנס פסיכואקטיב רבים, במהלך יום העיון יתקיימו קבוצות דיון אינטימיות יותר, שיאפשרו "עיכול" של החומרים ודיון פתוח בנושא, וכבר התחלנו לגבש את מנחי הקבוצות. מקווים לעדכן בעלונים הבאים בתכנית המלאה, בינתיים אנו מזמינים אתכם לשריין את התאריך.

2. דיווח על יום עיון לפעילים: עזרה ראשונה רגשית, 11.4.11

ב-11.4.2011 הנחתה רות בן אשר מפסיכואקטיב סדנה בת יום שנועדה לתת לפעילים פוליטיים וחברתיים גלים להתמודדות עם מצבי דחק ורגשות סוערים באמצעות הקשבה לגוף. כותבת רותי על הסדנה שהעבירה בהתנדבות:

את הסדנה יזמה רחל מקס וארגן וסים בירומי, שניהם פעילים בלוד. לסדנה נרשמו 22 והגיעו 14 נשים וגברים הפעילים בארגונים: זוכרות, אנארכיסטים נגד הגדר, מחסום ווטש, תראבוט, סדאקה-רעות, זכות לדיור ביפו, זכויות בעלי חיים, פורום משפחות שכולות ופסיכואקטיב. את הסדנה הנחתה רות בן אשר כחלק מפעילותה בפסיכואקטיב, וסייעו לה רחל מקס ושרה פרנקל – שתיהן מטפלות מוסמכות SE.

הסדנה כללה הסבר על מערכת העצבים במצב מווסת, במצב של דחק ובמצב של טראומה. פורטו הסימפטומים המאפיינים טראומה והמשתתפים למדו לזהות בגופם תחושות של רווחה, תחושות של מצוקה/עוררות, ותחושות של פריקה. המשתתפים למדו, לאחר הדגמה ותוך תרגול בזוגות, לעגן משאבים בגוף וקבלו כלים למישאוב (resourcing) ולתחזוקה של מערכת העצבים שלהם בעתיד.

רות, רחל ושרה עשו הדגמה של טיפול בטראומה בקבוצות. הכלים שניתנו בסדנה הם כלים של Somatic Experiencing. כל המשתתפים גילו עניין רב בנושא והודו מאד על הסדנה. מתוך פידבקים שקבלנו בתום הסדנה:

היום היה מאד טוב ותרם לי. העשרתי את ארגז הכלים שלי, ראיתי שהגוף יודע לרפא את עצמו וגם שמחתי להיות בקבוצה של אקטיביסטים.

היה מעולה. למדתי הרבה. חלק ידעתי תיאורטית אבל אף פעם לא ממש חוויתי את זה כמו היום. לא חשבתי שאפשר לשלב את הכלים האלה בטיפול בדיבור, ככלי נוסף. ניתן להנחיל את הידע הזה להרבה אנשים, להעביר אותו הלאה. ראיתי דברים דומים בנסיעותיי למרכזים בחו"ל. אפשר לעשות עוד ימים כאלה.

באתי בסקרנות גדולה. מאד נהייתי מההסבר המאוד ברור שלך ומהמוכנות שלך לתת את כל הידע בפשטות לכולם, לא רק לבעלי המקצוע. אני מרגישה שאנחנו צריכים עוד יום כזה.

מאד מעניין. יצאתי עם הרבה מחשבות על עצמי ועל הסביבה (האקטיביסטית) שלי. מקווה שאוכל לעבוד עם זה עם עוד אנשים סביבי. כרגע מרגישה שצריך את הצעד הראשון: להכיר בכך שעלי לשמור על עצמי, שיש לאירועים השפעות טראומטיות. דווקא מי שאומר שלא צריך עזרה הוא זה שצריך אותה יותר מכל.

המון תודה. היה טוב לשמוע מה קורה איתי, למה, ומה לעשות עם זה. מקווה ליישם את זה על עצמי. כל הסימפטומים שמנית – אני חווה אותם יום יום. אני עובדת על לשמור על עצמי.

במפגש פסיכואקטיב הוסיפה רותי שהיא תשמח להעביר את הסדנה פעמים נוספות, והזמינה את חברי פסיכואקטיב לקשר אליה קבוצות רלבנטיות.

3. סדנאות פסיכואקטיב בפסטיבל אקטיביזם – 19-21.5.2011, יער הזורע

כותב חנן:

פסטיבל אקטיביזם 2011 יתקיים השנה ביער הזורע ויימשך שלושה ימים, בסופ"ש של ה-19-21.5. הפסטיבל המתחדש, עתיר הכוונות הטובות וההשראה, מהווה מוקד למפגש וחגיגה של אקטיביזם בנושאי סביבה, חברה וזכויות אדם. על פעילות פסיכואקטיב בפסטיבל דאשתקד אפשר לקרוא [בעלון יוני 2010](#). דרכי ההגעה לפסטיבל השנה מפורטות [כאן](#).

השנה, מיה לירונה יעבירו יחד קבוצה, בלה ונעמה יעבירו סדנה שתעסוק בפרוייקט ליווי המשפחות בחברון, חנן, נעמה, יעל, ואורי ק, יעבירו (בשילובים שונים) סדנאות יצירתיות וחוויתיות (סדנת זהויות, אימגו פוליטי, סדנת התמודדות עם מצבי לחץ). עיינו [בתכניה](#) של הפסטיבל. מועדי חלק מהסדנאות של פסיכואקטיב:

- יום שישי ב-12:00: סדנת התמודדות עם מצבי לחץ ואי-ודאות (basic ph)
- יום שישי ב-14:30, ושבט ב-16:30: הרצאה – מה פסיכולוגיה יכולה ללמד אותנו על אקטיביזם
- שבת ב-16:30: סדנת אימגו

4. סיכום פגישת אנשי פסיכואקטיב עם אלסנדרה פיגני, 12.4.11

ב-12.4.2011 התקיימה פגישה של כ-15 מחברות פסיכואקטיב עם אלסנדרה פיגני ברמת השרון. כותבת מיה מ' על הפגישה:

הפגישה התקיימת בביתה של ארנונה, בעקבות הזמנתה של אלסנדרה להיפגש עם חברי/ות פסיכואקטיב ולספר על פעילותה.

הפגישה החלה בסבב היכרות קצר בו גם אלסנדרה הציגה את עצמה. היא פסיכולוגית קלינית, בת 36, איטלקיה שחיה באנגליה ב-10 השנים האחרונות. ב-2008 עבדה מטעם ארגון *דופאים ללא גבולות* בשכם במשך שישה חודשים ועסקה במתן סיוע נפשי למשפחות פלסטיניות. במהלך עבודתה למדה על החוסר בתמיכה, בסיוע ובליוי לפעילים/ות מצד הארגונים, ועל העובדה שהארגונים לא רואים בתמיכה כזו חלק אינטגרלי ממה שעליהם לספק לעובדים/ות.

מזה עשר שנים אלסנדרה לומדת ומתרגלת גישה של *mindfulness*, השואבת מתפיסת עולם בודהיסטית ללא המרכיבים הדתיים שבה, ובמרכז פיתוח יכולת המודעות ושימת הלב להווה, ללא שיפוט. היא רואה בגישה פוטנציאל לסייע למי שעובדים/ות בארגונים של זכויות אדם, וחשופים/ות בעצמם/ן לפגיעה פוטנציאלית. כיום היא עובדת במרכז *mindfulness* באוקספורד, וכאשר סיפרה לראש המרכז על הרעיון להטמיע את הגישה בקרב ארגונים לזכויות אדם במזרח התיכון, הוא הציע את המטריה של האוניברסיטה לפרוייקט. כיום המרכז מספק לה הדרכה ואולי יוקצו משאבים נוספים בהמשך. אלסנדרה הגיעה לביקור בן שבועיים וחצי בישראל ובגדה כדי לפגוש נציגים מארגונים שונים, בעיקר מ-NGOs בינלאומיים, על מנת לבדוק אם יש עניין ברעיון, ולתכנן את ההמשך בהתאם.

לאחר סבב ההיכרות, התנסו בתרגול קצר – ישיבה בשקט ובעיניים עצומות למשך מספר דקות. התנסות קצרה זו העלתה קשת של חוויות – החל מרוגע, תחושה נעימה של יחד, העלמות של כאב, מודעות לצלילים מסביב, ועד קושי להישאר עם מודעות לגוף ולנשימה.

במהלך הדיבור על ההתנסות, אלסנדרה סיפרה על העקרונות המרכזיים בתרגול. העיקרון הראשון הוא עיגון המודעות בנשימה ובתחושות הגוף. הרעיון הוא לא להלחם בכאב הפיזי והפסיכולוגי כאשר הם עולים, אלא להיפתח לחוויות של אי-נוחות בלי להדחיק אותן או להלחם בהן, ללא שיפוט. העיקרון השני הוא שימת לב למתרחש מסביב. המדיטציה מתבצעת לא מתוך ניתוק מהעולם אלא מתוך התייחסות אליו, כאשר המודעות המושגת בהתבוננות פנימית מובאת לאחור מכן גם לאינטראקציה עם החוץ. העיקרון השלישי הוא השגה של פרספקטיבה חדשה על הדברים, המאפשרת לפעול באופן אחר מהאופן המוכר. מדובר בהשגת יכולת ל- response (להשיב) ולא לreact (להגיב) – כאשר האופנות הראשונה היא פחות אוטומטית ופחות מותנית על ידי העבר מהאופנות השנייה. רות בן-אשר - המצויה בגישה ועובדת לפיה גם עם קבוצות של אקטיביסטים - סייעה להבהיר את המושגים ולהבחין ביניהם בעברית, וציינה כי תרגול הגישה מפתח את היכולת להשיב, כפי שמבטא המושג response-ability. דובר על החשיבות שארגונים, ולא רק פרטים, ילמדו את אופנויות ההתנהלות השונות הללו, ושהיה טוב לו גם מנהיגים היו מודעים להבחנה.

בהמשך הפגישה אלסנדרה הרחיבה על עבודתה בשכם: היא נתנה טיפולים קצרים וממוקדים, עד 15 פגישות, והשיחה התבצעה באמצעות מתרגם. עובדים פלסטינים של הארגון, עובד-סוציאלי ורופא, היפנו לטיפול במקרה הצורך במהלך ביקורי בית שביצעו באופן שגרתי. אלסנדרה ציינה שהעובדה שהיא והמתרגם לא היו חלק מהקהילה שחבריה פנו לטיפול הקלה על תחושת הבושה שבפנייה ואפשרה לפונים/ות להיות פתוחים יותר ולא לחשוש מכך שמצטיירים כחלשים.

עוד סיפרה כי עם תחילת העבודה בשכם הבינה כמה בורה היתה בנוגע למה שקורה באזור. היא שמחה שהגיעה לעבודה עם שגרה מבוססת של תרגול mindfulness, שסייעה לה מאוד בשגרה הקשה של החיים בשכם ובעבודה עם אוכלוסיה הנתונה בסבל רב. למרות שהגישה זרה לתרבות הפלסטינית, החליטה להשתמש בה בשילוב עם שיחה. 3-4 פגישות התנהלו בצורת שיחה בלבד, כדי לאפשר לאמון ולקשר ראשוניים להיווצר, ומפני שהפונים/ות רצו לדבר. במהלך השיחות הללו בדקה את האפשרות לשילוב תרגול של mindfulness בטיפול. במצבים

מסוימים, כמו ב- PTSD דרושה זהירות מיוחדת, וחשוב לא לפתוח את מה שאי אפשר לעבד לאחר-מכן. במקרים רבים היא מצאה כי הגישה מתאימה, והשאירה הוראות לתרגול בין הפגישות. הפונים/ות לרוב נענו ובצעו את התרגול, בתמיכת בן/ת משפחה, ובמקרים רבים דיווחו בסיום הטיפול שהתרגול הוא שעזר להם/ן. חלקם היפנו לטיפול משפחות נוספות. אלסנדרה סיפרה ביתר פירוט על מקרים בהם השיטה היתה יעילה במיוחד. בתשובה לשאלה של נעמי על הבדלים בין גברים לנשים בהיענות לגישה, ציינה כי נשים היו יותר פתוחות להתנסות, וכי לה, כאישה, היה יתרון במפגש עם פונים גברים, מפני שלא היו רוצים להראות "חולשה רגשית" מול גבר אחר.

השיחה התפתחה לדיבור על האפשרות של עבודה עם mindfulness בקבוצות של אקטיביסטים/ות, כשגם כאן הדגש הוא לתת משהו שאנשים יכולים/ות לתרגל וללמוד בעצמם/ן. רות סיפרה על קבוצה של עזרה ראשונה לאקטיביסטים שהנחתה יום קודם בגישה קרובה, של somatic experiencing. הקבוצה נפגשה למשך 7 שעות, כאשר המטרה היתה עיגון משאבים בגוף. ניתן ידע על טראומה ועל ההשפעה שלה על מערכת העצבים, ובוצעו

תרגילים המלמדים מהם אקטיבציה ושחרור. הדגש היה על מתן כלים לויסות המאפשר להשיב טוב יותר גם למצבים מאוד קשים.

רות ואלסנדרה לימדו כי התרגול לא מתבצע בהכרח באמצעות ישיבה שקטה. רות ציינה שבמסורת הבודהיסטית הרעיון הוא להזיז את האנרגיה, וניתן לעשות זאת גם באמצעות פעילות כמו עבודה בגינה וריקוד. אלסנדרה הוסיפה שישנן, לצורך זה, מדיטציות הליכה וצורות עדינות של יוגה.

לקראת סיום אלסנדרה הרחיבה מעט על המניעים לפעילותה: "אולי אתם שואלים את עצמכם מדוע עזבתי את העבודה בארגונים לזכויות אדם ועברתי למיינדפולנס ופסיכולוגיה. ראיתי שב NGOs אנשים רוצים לשנות את העולם אבל לא משנים את עצמם. אני חושבת שהשינוי מתחיל מבפנים, ואז אפשר לעשות משהו. אחרת יש הירות, כאילו שאפשר פשוט לבוא לכאן ולפתור את הקונפליקט במזרח התיכון".

הפגישה הסתיימה בתרגול דומה לזה שהתבצע בהתחלה.

לסיכום – מרשים היה בעיניי לפגוש מישהי שמקדמת לבד יוזמה אישית, המונעת מצורך שקיים בשטח כפי שלמדה אותו, ומציעה דרכים מעשיות להתמודדות. המפגש התנהל באווירה שונה למדי ממפגשים אחרים של פסיכואקטיב, שבמרכזם צורות שונות של מפגש עם המציאות הפוליטית הקשה אותה אנו חיים/ות. נותרתי עם תחושה שאולי גם בפסיכואקטיב כדאי לחשוב על האופנים השונים שבהם אפשר לטפח well being בקרב הפעילים/ות, וכך לתמוך גם בפעילות עצמה.

5. מכתב שני להנהלת ארומה תל אביב נגד גזענות

בעקבות הפרסומים על כך שברשת ארומה תל אביב אוסרים על העובדים לדבר ביניהם בערבית, נשלח מטעם פסיכואקטיב, ביוזמת עידן, מכתב מחאה לרשת. רחל העבירה לרשימה כתבה בנושא: ["הנהלת ארומה תל אביב לעובדים: דברו עברית לפני הלקוחות"](#). נביא פה שוב את נוסח המכתב שכבר פורסם בעלון הקודם:

רשת "ארומה" שלום רב,

אנו פונים אליכם לנוכח הגילוי כי רשת "ארומה" אוסרת על עובדיה לדבר בשפה שהיא אחרת מעברית – בעיקר, ערבית – באזורי לקוחותיה (עליהם נמנו עד כה רבים מאיתנו).

אנו רואים במדיניות זו ביטוי לגזענות צרופה, גם אם ההחלטה התקבלה מתוך קלות דעת ולא מתוך כוונת זדון. התגובה של ארומה מטרידה לא פחות ממדיניות זו. אנו מתייחסים בעיקר לדברים אלה: "ההנחיה לא לדבר בשפות זרות בסביבת הלקוחות נתקבלה בשל תלונות שהגיעו דווקא מלקוחות הרשת בהן טענו כי הם חשו שהשיחה שנתקיימה מולם על ידי עובדי הרשת, בשפה הזרה, נסבה סביבם, וגרמה להם להרגשת אי נוחות ופגיעה.... ומתוך הרצון להיות מנומסים כלפי לקוחות הרשת".

אנו מוצאים את הלוגיקה הזו פסולה ואף מסוכנת. אם לקוחותיכם היו מתלוננים שעצם העסקת עובדים ערבים גורמת להם ל"אי נוחות ופגיעה" – האם הייתם אז מפטרים את עובדיכם הערבים או מבקשים מהם להתגייר מתוך נימוס כלפי לקוחותיכם? ואם היו מתלוננים על "אי נוחות ופגיעה" מכך ש"ארומה" מעסיקה הומואים

ולסביות? בני עדות המזרח? עובדים שאינם יפים דיו? אין ספק שהייתם דוחים דרישות אלו מצד הלקוחות מכל וכל. מדוע הדין שונה לגבי השמעת השפה הערבית (שלצד העובדה שהיא שפה רשמית במדינת ישראל, מאות אלפי אזרחים ישראלים דוברים אותה)? התשובה לא יכולה להיות אלא גזענית.

לסיכום, עידוד גזענות במסווה של נימוס והתחשבות בדעת קהל היא נואלת והרת אסון. אנו מבקשים את "ארומה" לשנות מדיניות זו ולפרסם הודעה המעידה על כך שמדובר היה בשגיאה אומללה ומצערת ביותר, ש"ארומה" תקפיד שלא לשוב עליה. אם תהיו מעוניינין לפגוש נציגים שלנו לדון בסוגיה, נשמח לעשות זאת.

בעקבות המכתב התקבל מארומה מכתב תגובה:

ראשית אני מודה לך על פנייתך ומתנצל על אי ההבנה שנוצרה בעניין השפה המדוברת ברשת ארומה. הנחיות הרשת, כפי שהובאו בכתבה בדה מרקר, פורשו לא נכון וארומה אינה אוסרת על העובדים ברשת לדבר ביניהם בשפה זרה או בשפת אמם. ההנחיה מתייחסת רק לזמן שבו יש לקוחות בדלפק ההגשה ואז העובדים מונחים לפנות אל הלקוחות בשפה העברית.

לארומה אין שום רצון או מטרה לפגוע בדת או במגזר כלשהוא. ההיפך, ארומה מעסיקה מגוון רב של עובדים מתרבויות ומשפות שונות ויותר מכך, לארומה תל אביב ישנם זכיינים מהמגזר הערבי.

ההנחיה נולדה לאחר תלונות חוזרות ונשנות של לקוחות אשר חשו נפגעים מכך שעובדים דיברו על ידם בשפה זרה כלשהיא (רוסית, אנגלית, ערבית, אמהרית וכיוב'), תוך שהם חשים שהשיחה נסבה אודותם.

לכן, כדי שארומה תוכל להבטיח שירות ותקשורת טובים יותר בין העובדים ללקוחות ומתוך הרצון להיות מנומסים כלפי לקוחות הרשת, השפה שבה העובדים פונים אל הלקוחות – היא עברית.

תודה על פנייתך, אנו מתייחסים אליה במלוא הרצינות.

בברכה, קובי לופו, מנהל הרשת

מכתב התגובה עורר אצלנו שאלות ותחושה שיש עדיין צורך שדברים יובהרו, ולכן כתבנו מכתב נוסף:

רשת "ארומה תל אביב" שלום רב,

אנו מודים לכם על תגובתכם ומבקשים להבהיר ולהוסיף כמה נקודות.

מתגובתכם לא היה ברור האם העובדים מחויבים לפנות אל הלקוחות בשפתם (אנו מניחים כאשר זו השפה היא עברית ו/או כאשר במקרה הלקוח/ת והעובד/ת דוברי שפה אחרת משותפת), או שהם מחויבים שלא לדבר בשפה אחרת מהשפה העברית בעת נוכחות של לקוחות בסביבה. הנקודה אינה מובנת כיוון שבתגובתכם אתם מצד אחד טוענים שהדברים לא הובנו כראוי והכוונה היא להנחיה הראשונה, ומצד שני מתארים כי "ההנחיה נולדה לאחר תלונות חוזרות ונשנות של לקוחות אשר חשו נפגעים מכך שעובדים דיברו על ידם בשפה זרה כלשהיא (רוסית, אנגלית, ערבית, אמהרית וכיוב')", תוך שהם חשים שהשיחה נסבה אודותם. כלומר שבעיה היא עצם הדיבור של העובדים בשפה זרה ביניהם בנוכחות של לקוחות.

ברור שנותני שירות צריכים לפנות אל לקוחות בשפתם. אנו גם יכולים להבין שקיימים מקרים בהם מתקיים מצב של אי הסכמה או ויכוח בין עובד/ת ללקוח/ה, ואז שיחה בשפה בלתי מובנת בין העובדים עלולה להתפרש כלעג

ללקוח ש'עצבן'. אבל לדעתנו אלו הם מקרים חריגים ואנו מבקשים למנות מספר סיבות שבשלן לדעתנו רצוי ואף חשוב לאפשר את חופש הדיבור בשפת אם בין העובדים גם בנוכחות לקוחות:

- הערבית היא שפה רשמית בישראל ולכן לא ניתן לאסור דיבור בה, מעמדה בהקשר זה שונה מכל שפה אחרת.
 - בתור לקוחות היינו רוצים שהעובדים יהיו חופשיים להרגיש נוח לדבר בשפת אימם, לא נרגיש בנוח להיות לקוחות במקום שבו לעובדים/ות לא נוח.
 - בתור תושבי מדינת ישראל אנו מברכים על העושר התרבותי ורב הגוניות של החיים במדינה ולכן שמחים ונהנים לשמוע שפות שונות מדוברות סביבנו בחופשיות.
 - קיימת סכנה שאי הנוחות משמיעת שפה זרה נגועה בגזענות של הלקוחות כלפי העובדים/ות ולכן לא צריך לשתף פעולה עם דרישה זו. אנו סבורים שיש להגן על העובדים מגזענות הלקוחות. במדינת ישראל דוברי הערבית חשופים יותר לביטויי גזענות, אך הדבר נכון גם לגבי שפות נוספות.
- אנו מקווים לקבל הבהרה לגבי ההנחיה לעובדים, וכן מבקשים מכם להתייחס לנקודות הללו שהעלנו. אם אכן ההנחיה היא שלא לדבר בשפה שאינה עברית בנוכחות לקוחות, אנו רואים הנחיה מסוג זה, מכל הסיבות הנ"ל, פוגענית ומיותרת ואנו קוראים לארומה לשקול שוב את העניין. מצפים לתגובתכם כיוון שעד שהעניין יובהר לא נרגיש בנוח לבקר בסניפי ארומה.

בכבוד רב,

פסיכואקטיב - אנשי ונשות בריאות הנפש למען זכויות אדם

קיבלנו את המענה שלהלן:

הנדון : מענה למכתבך

כפי שציינו במכתבינו מיום 7.4.2011, לארומה אין שום רצון או מטרה לפגוע בדת או במגזר כלשהוא.

כחברה המעסיקה ערב רב של עובדים, ארומה מעולם לא אסרה על עובדיה לשוחח ביניהם בכל שפה זרה שיבחרו וההנחיה מתייחסת רק לזמן שבו יש לקוחות בדלפק ההגשה – אז מונחים העובדים לפנות אל הלקוחות בעברית.

בהזדמנות זו נשמח לארח אותך או מי מטעמך בסניפי הרשת של ארומה תל אביב ולהתרשם הלכה למעשה מחופש השפה שבה מרגישים עובדי וזכייני הרשת.

6. מפגשים עם פסיכואנליטיקאים פעילים פוליטית מארה"ב

בחודש מאי מתקיימות לא פחות משלוש פגישות של חברי פסיכואקטיב עם פסיכואנליטיקאים אמריקאיים העוסקים בקשר בין פוליטיקה לטיפול. סיכומי הפגישות עתידים להתפרסם בעלון של חודש יוני.

ביום שלישי ה-3.5 התקיימה בתל-אביב פגישה עם סו גראנד, שארגן אלעד. סו עוסקת בין השאר בנושאים של התנגדות אזרחית ומאבק אזרחי, זכויות אדם בחברה מיליטריסטית, העברה בין-דורית של טראומה ועוד.

משתתפי המפגש התבקשו לקרוא לקראתו את פרק 3 מתוך ספרה האחרון "The Hero in the Mirror", אשר מתאר טיפול פסיכואנליטי ב"גיבור מלחמה" אמריקאי ממלחמת ויאטנם.

בשבת ה-7.5, מיד לאחר פגישת פסיכואקטיב בירושלים, התקיימה פגישה עם ג'ודי רות' שארגנה מיה. ג'ודי היא יוזמת ומובילה-שותפה של פרויקט בסילוואן, שבו נעשית עבודה פסיכו-סוציאלית עם משפחות החיות תחת איום של הריסת בתיהן, במיוחד עבודה עם אימהות. לקראת המפגש העבירה לנו ג'ודי [דו"ח על המצב במזרח ירושלים והשפעתו על נשים באזור](#).

בשבת ה-14.5 תתקיים בתל אביב פגישה עם ניל אלטמן, בארגונו של אורי. בפגישה נעסוק בנושא העינויים ופיגועי ההתאבדות. להלן [תקציר מאמרו של אלטמן "The Psychodynamics of Torture"](#). לקראת המפגש ניל העביר באמצעות אורי שני פרקים מספרו the analyst in the inner city, על השתתפות פסיכולוגים בעינויים ועל תופעת פיגועי ההתאבדות לדין במפגש.

7. סיוע לפליטים ועובדים זרים בקו לעובד

כותב רוני ב':

כידוע לכם קיבלנו לפני כשלושה חודשים פנייה מקו לעובד (פליטים ועובדים זרים) בכדי לסייע להם ואני לקחתי על עצמי את הריכוז. עשינו להם סדנה של התמודדות עם מצבי דחק וטראומה בכדי לתת להם מידע על סימפטומים של דחק וטראומה כמו גם לסייע לצוות להתמודד עם טראומטיזציה משנית (הסיפורים שעוברים הפליטים אינם קלים!). רות ג' גם טיפלה באופן פרטני באשת צוות.

לאחרונה התבקשתי לתת בהתנדבות חוות מקצועית בהקשר לסטאטוס של מספר קליינטים שלהם. יש לכך חשיבות רבה כי זה מסייע למשפטנים שלהם להוציא להם אשרות שהייה ועבודה ולאפשר להם לחיות בצורה אנושית. הייתי שמח אם נוכל ליצור קבוצה שתסייע בעניין (הן ממבחינה טיפולית והן בכדי לתת חוות דעת מקצועית). המשימה אינה תובענית (דוח כזה הוא מספר שעות בלבד) ויש לה חשיבות עצומה לאותם אנשים שרוצים לחיות בקרבנו בצורה הגונה. אנא פנו [אלי](#), אגבש קבוצת עבודה ואעביר להם את השמות.

8. דיון ברשימה: ענישה קולקטיבית בעוורתא בעקבות הרצח באיתמר

כותב א':

בכאב גדול אני משתף אתכם ב**ידיעה** אותה ראיתי בלינק שהעלה אחד מחברי הפייסבוק שלי. כמה קל להשתמש בדמגוגיה זולה כדי להאשים את פעילי השמאל בהזדהות ובתמיכה ברצח מתועב. וכמה אני אבל על מותה של תרבות הדיון הפוליטי בישראל. אפשר להתנגד לביקורי ההזדהות בעוורתא, אך מדוע להשתמש בשקרים בוטים ובאמצעים דמגוגיים שכמו מועתקים אחד לאחד מביטאוני המפלגה הנאצית?

באומץ רב הגבתי על הלינק בעמוד הפייסבוק של המכר שלי, וזכיתי כמובן לתגובות הממחזרות את השקרים, תוך התעלמות בוטה מהעובדות. אעריך עד סוף ימיי את מי שיאזור מספיק אומץ כדי להגיב על השרשור באתר...

כותבת ח':

נורא ואיום. בן זוגי ואני השתתפנו בשבת זו [בביקור בעוורתא בקבוצת פעילי שמאל שאירגן יעקב מנור](#). נפגשנו בבית המועצה ושמענו את דבריו של ראש המועצה ושל אחרים מעוורתא שסיפרו על הסבל וההתעללות של הצבא בבני הכפר. הם דיברו בכאב ועם פנים לשלום. הם התעקשו שהרוצחים לא באו מכפרם ודיברו בגנות הרצח.

הרצח באיתמר מזעזע אך אינו מצדיק ענישה קולקטיבית. בנוסף, גם אם הרוצחים הם תושבי עוורתא, תמיד בתקשורת מנתקים ומעלימים את הרקע לרצח. זה מה שכואב לי כל כך. עיוותי המידע שמגיעים למדינת ישראל מלבים את השנאה והדמוניזציה. יש רקע לרצח. אנשים לא מבצעים רצח כזה כי סתם התחשק להם להרוג. 12 אלף דונם אדמה חקלאית הופקעה מהכפר על ידי התנחלות איתמר. 1800 עצי זית נשרפו. שני צעירים נרצחו על ידי איש הביטחון של איתמר. שרפו טרקטור של חקלאי מעוורתא. המתנחלים מסתובבים שם עם נשק. כל זה בנוסף להשפלות יומיומיות.

רצח ילדים באישון לילה אינו מוצדק. חשוב לציין שרוב תושבי הכפר מזועזעים מהרצח. בחדשות מוצג סיפור איתמר ללא קונטקסט וכך מזינים את השנאה לפלסטינים. צריך לגנות את האופן החד צדדי שמידע נמסר בתקשורת. פסיכואקטיב כפורום של בריאות נפש צריך לצאת בכל העוצמה נגד עיוותי המידע והניתוק מהקונטקסט. זו תופעה המזינה את הפרנויה בחברה הישראלית יהודית. תפקידנו לדעתי למחות על הרעל במידע ועל הדרך בה מזינים חולי נפש חברתי. ישראל במו ידה בונה חברה ישראלית יהודית פרנואידית.

לקריאה נוספת בנושא:

- [דיווח של חגית בק](#) ממחסום watch על שהתרחש בעוורתא (הדיווח נכתב לפני תפיסת הרוצחים).
 - [דיווח של סמיח ג'בארין](#), תחקירן שטח בעמותת רופאים לזכויות אדם על הענישה הקולקטיבית בעוורתא.
 - [ניתוח של הבלוגרית אסתי סגל](#) על כתבתו של עמית סגל על ביקור אנשי השמאל בעוורתא
 - [אתר "העין השביעית"](#) מביא במקביל דיווח של כתבי ידיעות גדעון מרון ועודד שלום על מבצע צה"ל בעוורתא ללכידת רוצחי משפחת פוגל, מפי לוחמי יחידת דובדבן, ודיווח של כתבת הארץ עמירה הס על המבצע מנקודת המבט של התושבים. מתוך האתר:
- סרן נ' אומר למרון ושלום: "כל אחד לומד פרט אחד. אחד את מבנה הבית, כניסות ויציאות, אחר את הצירים המובילים ואת נקודות השליטה, אחר איך נראה הבנאדם, אחר כמה בני משפחה מתגוררים בבית ומי הם. הכל מתבצע במהירות, כי אין זמן מיותר. חייבים לצאת לפני שהשחר עולה כדי לשמור על מומנט ההפתעה. זו המהות שלנו בעצם: ההפתעה. הנשק מספר אחת של היחידה".
- "הילדים בעוורתא מפחדים היום מכל נקישה בדלת", כותבת הס. "[...] הם מפחדים להישאר לבד בבית, או מפחדים שייעצרו שוב. יש שעומדים ליד החלון, ומחכים שהצבא יבוא שוב. שהפעם לא יפתיע אותם. ילדים חזרו להרטיב בלילות".

9. דיון ברשימה: תגובות לאתר של קבוצת פדופילים

אחד הנושאים שעוררו דיון בתוך פסיכואקטיב החודש היה קשור לאתר של פדופילים אליו הפנה אחד מחברי הקבוצה, שכתב:

שלום לכולם/ן. אני בדרך כלל לא מעביר דברים כאלה... אבל זה חייב לעבור, האתר הבא הוא אתר תמיכה ל"אוהבי ילדים". רציתי לדעת מה ניתן לעשות? האם יש מקום לזה בפסיכואקטיב? מעבר ל"אמפתיה טיפולית" וכו'...? כנסו, לאחר שיפסיקו הכאבי בטן מהצחוק, אשמח לתגובות. הנה האתר: <http://ilbl.net>

לפני שאתם ממשיכים בקריאה אנו ממליצים לכם להיכנס לאתר ורק אחר כך להמשיך בקריאת הדיון. התגובות לא התעכבו להגיע (נביא כאן רק את חלקן, כמובן).

כותבת ת':

כואבת לי הבטן ולא מצחוק.

בעיני מאוד מסוכן הטשטוש שיוצר המונח "אוהבי ילדים" וההקבלה שלו לפדופיליה. למרות שפרושה של המילה "פדופיליה" היא בדיוק זה, יש למילה היוונית קונוטציות תרבותיות ומשפטיות שונות לחלוטין. מה טיבה של אותה "אהבה" והאם מדובר באהבה למושא (ילד) ספציפי והאם אותו מושא מודע לאותה "אהבה"? אלו שאלות שהאתר עוסק בהן בצורה מתחמקת ולא כנה. בלי או עם קשר, מעניין גם למה האתר מתמקד בילדים בניגוד (Israeli Boy lover).

א', משתפת נוספת הגיבה, ובדומה לג', שהציעה לפנות למרכז לנפגעות תקיפה מינית, הציעה לפנות למועצה לשלום הילד:

כשקראתי את הפוסט הזה ופתחתי את הלינק, גם הבטן שלי כאבה. נראה לי שהמילים "אוהבי ילדים" הן הסוואה דקה שלא מצליחה להסתיר את הכוונה האמיתית והזוועתית של האתר הזה. נראה לי שיש מקום לשלוח את הלינק לד"ר יצחק קדמן מהמועצה הלאומית לשלום הילד. מוכנה לקחת את זה על עצמי.

כותבת א' אחרת, בתגובה לשימוש של כותבי האתר בטרמינולוגיית זכויות האדם:

הם יכולים לטעון עד מחר שהם זכאים למה שהם עושים מתוקף זכויות האדם שלהם, זה לא סיבה לא לפעול נגדם. גם מתנחלים בחברון ואנשי אם תרצו מדברים בשם זכויות אדם כשהם עושים מעשים שפוגעים באחרים, אין סיבה לקנות את זה.

וכפי ש' כתבה, הם לא רק מדברים על מחשבות רצונות וכוונות, הם גם תומכים בלגיטימציה למגע מיני עם ילדים. זה שאין באתר שלהם מילה אחת נגד מי שפוגעים בילדים מדבר בעד עצמו. וגם השם הציני להכעיס של הארגון (שאני עדיין תוהה אם הוא לא מעין מתיחה של מתנגדי הומוסקסואליות, שמעוניינים למתוח השוואה ולחבל כך במאבק ההומואי לזכויות)

יש משהו מאתגר בזה שאפילו על גבולות מעין אלה יש מי שמערער, ואני מזדהה עם הצורך שלך ' לנסח אל מול זה דברים שהיו אמורים להיות ברורים. אבל בהחלט אפשר לנסח אותם ויש תשובות טובות לטיעונים הקלושים שלהם.

נציין כאן, שבין לבין התפתח גם דיון שעסק בשאלת גבולות ההומור – האם אפשר לראות את האתר מצחיק, כשם שחלק מהחברים ראו אותו, או אך ורק מעורר "התכווצות" בבטן מזעזוע? ר' כתבה באחד ממכתביה:

By the way, I do also believe the pedophiles may have a point, about loving children. Sorry, if that also offends anyone. But there is a human tragedy here, on their side too.

ל' הגיבה:

כן, זה גם מאוד טרגי למי שאוהב סקס ברוטלי עם נשים שהוא לא מכיר, שאונס הוא לא לגיטימי, טרגי למי שאוהב להחמיא לנשים בכל מקום על החזה היפה שלהן שיש חוקים נגד הטרדה מינית, טרגי עבור מי שנהנה לגנוב מדי פעם שחנויות לא מעלימות עין, טרגי עבור נשים שאוהבות להרעיב את עצמן שבסוף מתים מזה, טרגי עבור מי שאוהב לצאת ולהשתכר שאי אפשר לנהוג אחר כך, טרגי עבור חיילים שאי אפשר סתם להתעלל בפלסטינים כשזה הכיף שלהם והפורקן בשירות הקשה שלהם... ועוד ועוד... החברה שלנו מלאה בדברים טרגיים מאוד. כואב הלב.

בתגובה ענתה לה ר':

איני מסכימה איתך בנקודה זו. אפילו אם מה שאת אומרת נכון, איני מסכימה איתך, כי זה לא כולל את כל הפרטים, רק עושה ספליט שחור לבן, לטעמי, כמובן. כן, באותם רגעים שאיני רוצה פשוט להלום בהם, כשאני בגרע צלול של שקט, אני מוצאת טרגדיה רבה גם בצד החיילים הברוטאליים, ובצד המתנחלים הבזויים ביותר. אבל, איני אומרת שכעסך ושיפוטך לא במקום, ולא חשובים. אני אומרת שיש גם אמת שלא נכללת בהם בקלות, ושאיני (לפעמים) שומעת אותה, ורוצה להמשיך לשמוע אותה. גם איני מוותרת על החופש לצחוק, כפי שאמרת, אך לא כי אני רוצה לזלזל ברגישויות של אחרים, רק כי אותי זה מצחיק, גם כשזה מזעזע. אני חוששת מאד מהכוח של הצנזורה הקבוצתית על הפרט.

בתגובה כותב א':

I think that there is a risk in notions such as 'symbolic violence' or 'verbal aggression': the condemnation of violence and aggression should not mistake them with their symbolic forms. in analogous ways, one can desire children without approaching them with this desire, and one can imagine rape without raping. my battle is with certain practices, not with imagination. of course, imagination can also be crude or banal, boring or disgusting, but this is a different story.

לנקודה חשובה זו הגיבה י':

מובן שיש הבדל משמעותי בין פנטזיות אלימות לבין מימושן במציאות, אבל גם יש הבדל בין לפנטז על פרקטיקה אלימה כל שהיא בשעה שאתה יודע שבמציאות זה לא לגיטימי ליישם אותה, לבין לפנטז על אותו דבר

ובו בזמן לנסות לקבל לגיטימציה למימושו במציאות, כפי שנעשה באתר הזה. הנה דוגמה אחת מהאתר לדרך לנסות לקבל לגיטימציה:

"הרבה פסיכולוגים טוענים שזהו חלק טבעי בהתפתחות של הילד- לפני ובמשך ההתפתחות המינית לחפש תפקיד מבוגר זכר שהוא לא חלק מהמשפחה שלו... דמות 'גיבור' חיצונית... ושה יכול לכלול ניסיונות של חיבה ואהבה במערכת יחסים אמינה ובטוחה. כבר הרבה זמן מקובל על ידי פסיכולוגים ומומחי התפתחות אחרים שהעניין המיני של הילד מתקדם בכמה שלבים... קודם העניין בגוף שלהם והתפתחות התפקוד שלו, לאחר מכן העניין בתפקוד המיני של אחרים באותו מין, ובסופו של דבר הפוטנציאל המיני של המין השני. זאת כנראה התקדמות טבעית. ובנוסף, כמו שכל מבוגר זוכר, זאת תשוקה של צעירים לחקור ולהתנסות."

והנה דוגמה נוספת לניסיון לקבל לגיטימציה דרך הגדרת הפדופיליה כנטייה מינית נוספת, הפדוסקסואליות, שהיא כמו הטרסקסואליות או הומוסקסואליות -

"יש בלבול רב בנושא המיניות. מבט פשוט של המיניות האנושית מחלק את כל בני האדם לקטגוריות של הטרסקסואלים או הומוסקסואלים. ישנן הרבה יותר. ישנם במיוחד סימנים חזקים במחקרים המראים שמבוגרים אשר אוהבים ילדים לעתים הם לא הומוסקסואלים ולא הטרסקסואלים, ומכך שייכים לקבוצת מיניות משל עצמם".

"לכל מטרה מעשית, יש להתייחס לאהבת ילדים בתור נטייה מינית בפני עצמה ולא בתור תת מערכת של נטייה אחרת."

"המושג הלטיני-יווני pedosexual הוא יותר רפואי, ולא נושא הרבה מטען רגשי, ובהחלט מבטא נטייה מינית כמו הומוסקסואל והטרסקסואל. חלק משתמשים במושג הזה על מנת להגדיר את עצמם. חשוב לזכור שהמילים האלו מתארות נטייה מינית ולא תיאור של החיים הפעילים של האדם – אנשים יכולים להיות הטרסקסואלים אך רווקים. מסיבות ברורות, בחברות בהן הם לא מובנים, זה הרבה פעמים המקרה אצל 'פדוסקסואלים'."

אפשר להתייחס לציטוט הזה בכמה דרכים ואני מניחה שיהיו גם מי שיראו בסוף הציטוט הזה מעין מסר מרגיע של "אנחנו לא מיישמים את המשיכה של הנטייה המינית שלנו בחברות בהן זה אסור". אבל אני רואה את הניסיון להגדיר את הפדופיליה כנטייה מינית שהיא זהה בעיניהם להטרסקסואליות והומוסקסואליות (על אף חוסר השוויון העצום הגלום בה), כקריאה לקבל את הנטייה המינית הזו, ובעיקר כשנכתב בסוף ש"בחברות בהן הם לא מובנים" הם לא יכולים לממש את נטייתם. השפה שבה בחרו להשתמש כמעט וגרמה לי להרגיש לרגע אשמה על זה שאני מדכאת מיניות לגיטימית של אחרים, והאשמה הזו בדיוק היא מתן הלגיטימציה למה שראוי שישאר בתחום הפנטזיה (שנחשבת ללא לגיטימית במציאות) בלבד.

המלצות תרבות ואמנות

במדור זה נציג אסופה של אירועי תרבות, ספרים, סרטים והרצאות שיתקיימו בחודש/ים הקרוב/ים וקרובים לנושאים הפוליטיים-חברתיים בהם אנו עוסקים, וכן ביקורות ורשמים אישיים שלכם – אתם מוזמנים לשתף! **המלצות לחודש מאי:**

1. תערוכה: "יוצרים הקשרים-מעצבי חפצים קוראים תרבות", עכו פריד אבו שקרה, פוסט אופיס 1948-1999
2. "חשיפה ממושכת": תערוכה על צילום, עדות וטראומה, ת"א
3. תערוכה:

1. תערוכה: "יוצרים הקשרים-מעצבי חפצים קוראים תרבות", עכו

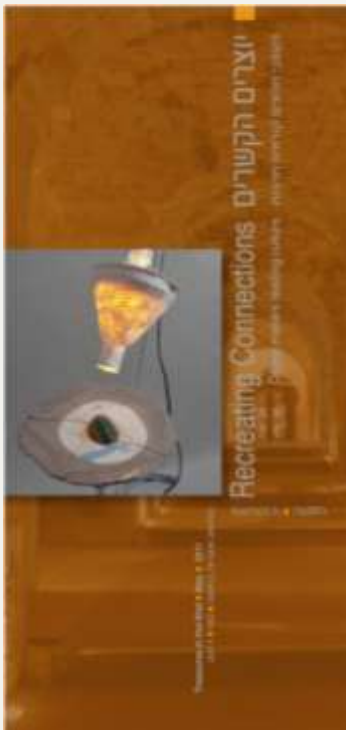
העבירה: עפרה, אוצרת התערוכה

התערוכה "יוצרים הקשרים-מעצבי חפצים קוראים תרבות" אשר נפתחת בחודש זה במוזיאון האתנוגרפי "אוצרות בחומה" בעכו היא תערוכה ראשונה מסוגה המפגישה נציגים של התרבות החומרית מהגליל של תחילת המאה ה-20 עם אומנות ועיצוב עכשוויים בתחומי הקרמיקה, הסיב, הצורפות, האמנות והצילום.

המוזיאון הוקם בשנת 2008 כיוזמה התנדבותית של אנשי גליל "משוגעים לדבר" בשיתוף עריית עכו ו"החברה לפיתוח עכו" יחד עם קבוצה נכבדה של תורמים וידידים. הוא מבוסס על אוספיהם של שנים מחברי העמותה: דן הורטמן ומיכאל לוריא וכולל תרבות חומרית של הגליל מראשית המאה ה-20, בעיקר כלי מלאכה וחפצים שנעשו בטכנולוגיות ידניות ומכניות לפני תקופת החשמל. אלו מוצגים בחלל שהיה פעם אכסניה לצבא העות'מאני בחומת האבן המקיפה את העיר העתיקה בתערוכה העשירה והמגוונת מתקיים דיאלוג צורני ותימתי בין חפצי האוספים לבין היצירות העכשוויות אשר מעלה שאלות על "תחושת מקום", על סביבה ומסורת, ועל ההשלכות הפוליטיות והחברתיות של העבודה ביד בעידן הייצור ההמוני.

התערוכה בשיתוף אגודת הקרמיקאים בישראל ועמותת אמנים יוצרים בישראל.

לפרטים נוספים אפשר לפנות לאוצרת התערוכה עפרה עמיקם, אמנית קרמיקה, טל. 0544732454. מוזיאון : 04-9911004, רחוב וייצמן 2, עכו. התערוכה תהיה פתוחה עד אוקטובר.



<http://www.israel-ceramics.org/he/node/2879>

2. "חשיפה ממושכת": תערוכה על צילום, עדות וטראומה, ת"א

בצילום, חשיפה ארוכת טווח, שהפרטים נחשפים ומתגלים בה בהדרגה, נקראת "חשיפה ממושכת". בשיח הפסיכולוגי, "חשיפה ממושכת" היא טכניקת טיפול בטראומה, שפותחה בעשור האחרון על ידי ד"ר עדנה פואה (ילידת ישראל שחיה בארה"ב) וזכתה לפופולריות עולמית בטיפול בנפגעי פוסט-טראומה, בעיקר בעקבות הלב קרב וחוויות מלחמה. אדם הנמצא במצב פוסט-טראומטי, כלוא בין הרצון להדחיק את הזיכרון הקשה לבין חוויות הצפה ושחזור, הכופות את עצמן לתוך זיכרונו ולתוך מחשבותיו בלי הרף. במסגרת טכניקת ה"חשיפה הממושכת", המטופל נחשף לאלמנטים, המתקשרים בזיכרונו לאירוע הטראומטי. החשיפה נעשית בהדרגה, בתנאים מבוקרים ובטוחים, ומטרתה להקל על התסמינים הפוסט-טראומטיים. כמו חשיפה ממושכת צילומית, טכניקת הטיפול בעלת השם הזו מחדדת את המעורפל, ומייצרת דימויים סובייקטיביים של מציאות החומקים מהבנה פשוטה.

ניתן למצוא הקבלה לשיטת הטיפול של החשיפה הממושכת בעבודתם של אמנים עכשוויים רבים, העוסקים בקונפליקט ובאלימות. מרבית העבודות בתערוכה "חשיפה ממושכת" הן עבודות וידיאו, שנוצרו כתוצאה מפרויקטים של תיעוד ארוך-טווח. יוצריהם מביאים סיפורים הנוגעים במושג הטראומה, ומשקפים מציאות של יחסי כוח, ניצול ומניפולציה, אלימות וכאוס. באמצעות התהליך התיעודי הארוך, הם מבקשים מגיבוריהם לחשוף את סיפורם. העדויות מביאות אל האור טראומות חבויות, וכך מהדהדות את התהליך הפסיכולוגי של החשיפה הממושכת, אך בניגוד אליו, מטרתם אינה טיפולית.

הסיפורים מגיעים ממקומות שונים בעולם - מישראל לגדה המערבית, סוריה, בוסניה, קולומביה ואוסטריה. הם עוסקים בחוויות אישיות של אינדיבידואלים, אך אינם מציגים עדות ישירה, אלא נוגעים במשבר העדות ובחוסר יכולתה לשקף אמת היסטורית מוחלטת. הפרפורמטיביות של העדויות שמביאים האמנים בתערוכה, משקפת התנתקות מהצורך לייצג את האמיתי באופן קונבנציונלי, וניסיון לייצר מציאות חדשה.

אוצרת: מעין שלף. [המרכז לאמנות עכשווית](#), רח' קלישר 5, פינת צדוק הכהן תל אביב. טל': 03-5106111.

שעות הפתיחה: ימים ב' - ה': 14:00 - 19:00, יום ו', שבת: 10:00 - 14:00. נעילת התערוכה: 23.06.2011

3. תערוכה: פריד אבו שקרה, פוסט אופיס 1948-1999

העבירה: דנה

פריד אבו שקרה מתכתב בעבודותיו "בהתישבות" ומצייר את נופי הארץ. הנופים והנושאים לקוחים מבולים שהוצאו לאורך השנים ע"י גופים ממשלתיים. לנופים אלה מוסיף פריד את מטוסי הקרב שמרבים להופיע בעבודותיו. בתערוכה תחריטים ועבודות מיקס מדיה

גלריית טובה אוסמן, בן יהודה 100 ת"א, טל: 03-5227687.

נעילת התערוכה: 25.5.2011

שעות פתיחה: ג'-ה': 11:00-13:00, 17:00-19:00; ו': 11:00 - 13:00.



אירועים, סיורים, הפגנות: מידע נוסף

במדור זה יוגש מידע על אירועי מחאה ועל ארגונים אחרים שיכולים לתת מענה למי שרוצה לפעול. לאירועים נוספים מומלץ להיכנס לאתר www.humanisty.com

1. טקס יום הזיכרון של לוחמים לשלום, ת"א
2. "יחד בכאב, יחד בתקווה": מפגש אישי וטקס זיכרון משותף, י-ם
3. "יחד בכאב יחד בתקווה": מפגשי יהודים ערבים בגליל
4. טקס הדלקת משואות לישראל צודקת, שוויונית וראויה, י-ם
5. דיון על "חוק הנכבה", ת"א
6. תהלוכת השיבה וביקור בכפר ההרוס מסכה
7. קריאה להתנדבות ולתרומה להפעלת "ימי ים" לילדים פלסטינים
8. התנדבות עם פליטים באיזור ירושלים
9. תרגול ערבית מדוברת בסוסיא ותמיכה במשפחות בדר' הר חברון
10. ערב התרמה לארגון מתנדבים באפריקה, ת"א
11. הכנס השנתי של עו"סים שלום, באקה אל גרביה
12. המלצות קריאה וצפייה

1. ישראלים ופלסטינים זוכרים יחד את קורבנות האלימות -

טקס יום הזיכרון הישראלי פלסטיני של לוחמים לשלום, ת"א 8.5.2011

העבירה: רבקה

בכל שנה, **תנועת 'לוחמים לשלום'** מציינת את יום הזיכרון בטקס זיכרון ישראלי-פלסטיני משותף. בטקס, הנערך זו השנה השישית, ישתתפו משפחות שכולות, ישראלים ופלסטינים והאמנים יוני רכטר, סיסטם עאלי, רות דלורס וייס, ג'ורג' סמעאן, נועם רותם, נורן מסעוד, יאיר דלאל עם מקהלת קולות השלום והבמאי רם לוי.

הטקס יתקיים בערב יום הזיכרון, יום ראשון, 8 במאי 2011, בשעה 21:00, ברידינג 3 נמל תל אביב. הכניסה חופשית.

השנה קבוצת ימין הודיעה כי היא מתכוונת לערוך הפגנה מחוץ לטקס ולהפריע לקיומו, ולכן יש חשיבות מיוחדת בהגעה.



**זוכרים את הקורבנות
לוחמים לשלום**

ערב יום הזיכרון | רידינג 3 נמל תל אביב
יום ראשון, 8 במאי 2011, בשעה 21:00

ישראלים ופלסטינים זוכרים יחד את קורבנות האלימות
בטקס, הנערך זו השנה השישית, ישתתפו משפחות שכולות, ישראלים ופלסטינים והאמנים יוני רכטר, סיסטם עאלי, רות דלורס וייס, ג'ורג' סמעאן, נועם רותם, נורן מסעוד, יאיר דלאל עם מקהלת קולות השלום והבמאי רם לוי

2. יחד בכאב, יחד בתקווה: מפגש אישי וטקס זיכרון משותף – י-ם 9.5.11

העבירה: בלה

יהודים וערבים זוכרים יחד במפגש אישי ובטקס זיכרון משותף, שבו נציין ונכבד את הכאב ואת האובדן בשני הצדדים, מאז מלחמת 48' ועד היום. המפגש יכלול סיפורי חיים אישיים משני הצדדים, תרגול מונחה של שיתוף והקשבה מכילה, שירה, תפילה, הדלקת נרות והקדשתם.

במפגש זה אנו מזמינים לעבור אל מעבר למתנס שמפריד בין יהודים לערבים בארץ ביום הזיכרון, עוד יותר מאשר בשאר ימות השנה. ביום הזיכרון הזה נתייצב ביחד. נשב במעגל אחד ונבקש להכיל זה את כאבו של זה, ובכך לא נישאב אל הפער והניכור בין שני העמים, המשתמעים ממהותו של יום הזיכרון הממלכתי. נעשה זאת מבלי להתעלם, מבלי להכחיש, ומבלי להאשים או להרגיש אשמים. מטרתנו במפגש המשותף הזה, לאפשר לכאב - שנגרם לבני אדם בשני הצדדים כתוצאה מההיסטוריה האלימה – לגעת בליבנו ולפתוח אותנו כך שנבחר לפעול בדרכים רבות לשינוי, מתוך אחריות לגורלנו המשותף בארץ הזו. *למען הווה ללא ניכור, עתיד ללא אלימות*

הטקס יתקיים ביום הזיכרון, יום ב' 9 במאי 2011, בין השעות 18:00-16:00. בבניין 'מק"א, רח' דוד המלך 26, ירושלים, בחדר ההרצאות. המפגש ללא תשלום. תרומות לכיסוי ההוצאות תתקבלנה בברכה. נשמח לראותכם איתנו. להרשמה נא לפנות לבלה: 052-6146603.

3. יחד בכאב יחד בתקווה: מפגשי יהודים ערבים בגליל 9-10.5.11

בחג הלאומי של מדינת ישראל, ביום העצמאות שלה, כלל אוכלוסיית ישראל היהודית חוגגת את היום עם תחושת שמחת הגשמה והישג, אך חמישית מאוכלוסיית המדינה, אזרחיה הערבים הפלסטינים אינם שותפים לחוויה זו. הטראומה שעברו הפלסטינים ב-1948 אובדן מולדת וגירוש רוב העם הפלסטיני - ממשיכה ללוות את רוב האזרחים הערבים, ואף מעמיקה ביום העצמאות תחושת הזרות והעדר תחושת שותפות הגורל המשותף עם כלל אוכלוסיית מדינת ישראל.

ביום זה, לרוב יבחרו האזרחים הערבים להתעלם מהחגיגה בשונה מכלל אזרחי מדינת ישראל. יהיו שיבקרו בכפרים, מהם הוגלו אבותיהם ב-1948 ויהיו שירחיקו לכת מחוץ לגבולות המדינה רק שלא להיות בחגיגה הכללית הנכפית עליהם בכל המרחב הציבורי של מדינת ישראל. מצב זה של חוויות מנוגדות של יהודים וערבים, אזרחי אותה מדינה, במיוחד ביום שמסמל יותר מכל את האזרחות המשותפת לכלל אזרחי המדינה, רק יעמיק את הנזק לעתיד המשותף שלנו – יהודים וערבים בארץ הזו.

מתוך תחושת אחריות לעתיד משותף, שמכבד ומבטא את השאיפות והצרכים העמוקים של אזרחי המדינה היהודים והערבים – אנו - קבוצת אזרחים יהודים וערבים מזמינים אתכם/ן להיפגש, דווקא ביום הזה, במרחב משותף, בו היהודי והערבי, אזרחי המדינה, יכולים להסתכל בעיניים ולאמר אחד לשני: "אני מכיר ומכבד את העבר שלך, וחשוב לי שנסתכל יחד לעבר העתיד המשותף שנרצה עבור ילדינו".

ביום שני, 09.05.2011 ערב יום העצמאות, נפגש במעגל הקשבה מסביב לבאר הכפר הערבי "קסאיר", הנמצא בקרבת צומת סומך. נפגש בשעה 15.30 בתחנת הדלק פז בכניסה המערבית לשפרעם, ומשם נסע בשיירה לכפר

"קסאייר". נתחיל בהקשבה לדברי אבו מונדר בן הכפר קסאייר ולאחר מכן נשמע דברים מפי אילן פפה המתייחסים לזמן מלחמת העצמאות באיזור זה. נמשיך בפעילות במעגל עד השעה 19.30. המשתתפים מוזמנים להביא כיבוד קל שנחלוק ביחד.

למחרת, יום שלישי, 10.05.2011 יום העצמאות, נפגש ב - 09.30 בבוקר בקיבוץ הרדוף. המפגש יתקיים בשטח בית הספר היסודי בהרדוף. תוכנית המפגש כוללת פעילות מחברת ואחריה הרצאה מאת יאיר בוימיל, מרצה היסטוריון באוניברסיטת חיפה ומכללת אורנים על הנושא: יחסי יהודים-ערבים בישראל: מדוע הפעילות לדו קיום איננה נושאת פרי?, וסדנאות בקבוצות:

- התבוננות - להיות עם הכאב של האחר
- בניית קירבה ואמון בקבוצה אינטימית,
- משותפת לערבים ויהודים - למידה מניסיון מתמשך של קבוצה חיה וקיימת
- התחברות דרך צחוק
- תנועה קשובה
- משחקי תפקידים

להרשמה ולפרטים נוספים ניתן ליצור קשר עם אחד מאיתנו - יעל פוגלמן 052-3797262, ג'מאל דגש, 050-2760402, זכריה וולף, 04-6550023

4. טקס הדלקת משואות לישראל צודקת, שוויונית וראויה 9.5.11, י-ם

תנועת יש גבול מזמינה אותך לטקס הדלקת משואות לישראל צודקת, שוויונית וראויה.

הטקס יתקיים ביום ב', 9.5.2011, בשעה 19:45 בכיכר ע"ש אמיל גרינצויג (מול משרד ראש הממשלה שבגבעת רם), בירושלים. [לפרטים נוספים לחצו כאן.](#)

טקס בו יודלקו בפעם ה-14 משואות להפסקה מיידית של האלימות המיותרת והכיבוש של השטחים הפלסטינים, לתיקון העוולות שאנו גורמים, לתיקון היחס לחלשים שבקרבתנו, לציון העצמאות הישראלית בצד הנכבה הפלסטינית ולתקווה לשלום עם כל שכנינו.

הסעות בשעה 18:00 מתחנת רכבת מרכז (ארלוזורוב) בתל-אביב. מומלץ להצטייד בביגוד חם.

5. דיון על "חוק הנכבה" בערב יום העצמאות הישראלי 9.5.11, ת"א

פעילות של עמותת זוכרות. העבירה: אפרת

יש רגעים בחיים בהם אי צדק וסכנה כה גדולים מונחים לפתחנו עד שיש להשהות את עמדותינו הכוללות ולמחות באופן ממוקד ומדויק נגד העוול עצמו. אישור "חוק הנכבה" ע"י הכנסת הוא אחד הרגעים האלה. לכן, גם אם ציון הנכבה ביום העצמאות הישראלי היא מחווה זרה, אולי אפילו צורמת, לרוב הישראלים, ההשתתפות בה הופכת לחובה אזרחית עבור כל מי שחרד מפני ההידרדרות המואצת והולכת ללאומנות מסוכנת. זוכרות קוראת לך, לכם, לכן, שוחרי השלום וזכויות האדם, להשתתף באירוע הגדול ביותר המתקיים בכל שנה לציון הנכבה בישראל. מזה ארבע עשרה שנה מארגן ועד העקורים הפנימיים תהלוכה לציון הנכבה ביום העצמאות הישראלי ובשנים האחרונות מספר ישראלים המשתתפים בה עולה בהדרגה.

חוק הנכבה הוא תגובה ישירה לפעילות זו ומטרתו להפחיד אותנו וכך למנוע את העיסוק בנכבה: ללמוד אודותיה ולהכיר באחריות המוטלת עלינו, במטרה להגיע לפיוס בין ישראלים לפלסטינים.

השנה נקדיש את ערב העיון בזכרות בערב יום העצמאות הישראלי לדיון ב"חוק הנכבה" - מהלך חקיקה שהוא חלק מניסיון לאסור על ציון הנכבה בישראל ולדכא את הניסיונות השונים לספר וללמד את ההיסטוריה של הארץ בכלל, ושל השנים 47-49 בפרט, באופן שונה ומנוגד לנרטיב הישראלי-ציוני המרכזי. הדוברות בערב יעסקו בהיבטים ובהשפעות שונות שיש למהלך הזה - משפטיים, פסיכולוגיים ופוליטיים. ידברו: עו"ד אמילי שפר (משרדו של עו"ד מיכאל ספרד); פרופ' אורי הדר (אוני' ת"א); עמיה גילי (רכזת פרויקט החינוך, זכרות). האירוע יתקיים ב-9.5 בשעות 20:00-22:30 [מרכז המידע של עמותת "זכרות"](#), אבן גבירול 61/2 תל אביב-יפו (כניסה ממאנה 13) טלפון: 03-6953155

6. תהלוכת השיבה וביקור בכפר ההרוס מסכה, 10.5.11

פעילות נוספת של עמותת זכרות. העבירה: אפרת

ביקור בכפר ההרוס מסכה - ליד אלטירה ורמת הכובש, כולל מפגש עם עקורים מהכפר, שמיעת עדויות וחלוקת חוברת "זכרות את מסכה". הפעילות תיערך בין השעות 12:00-13:30.

השתתפות בתהלוכת השיבה הארצית שמארגן הועד להגנה על זכויות העקורים. התהלוכה תתקיים בין השעות 15:30-18:00 בכפרים ההרוסים אלדאמון ואלרזיס שבגליל, בכניסה לכפר כאבול ליד טמרה. כאן נחלק את החוברת "זכרות את אלדאמון".

הסעה מיוחדת מתל אביב - מסכה - אלדאמון, תצא מתחנת הרכבת ארלוזורוב בתל אביב בשעה 11:00. חזרה משוערת לתל אביב בשעה 20:30 יש להירשם מראש להסעה דרך מייל זה: tours@zochrot.org לפרטים נוספים ניתן להתקשר: לזכרות 036951355 או לעמר 0528743099

7. קריאה להתנדבות ולתרומה להפעלת "ימי ים" לילדים פלסטינים

העבירו: רוני ש', רות ב'

זו השנה החמישית שאנו קבוצת נשים, מתנדבות, מפעילות ימי ים וכיף לילדים פלסטינים, המנועים מלהגיע לים, אלא באישורים מיוחדים, שאנו מארגנות עבורם.

בשנה שעברה, בעקבות התרומות, שקבלנו מאנשים פרטיים, הצלחנו לארגן 14 קבוצות, ובסך הכול כ-750 ילדים ומבוגרים, אשר הגיעו ממקומות שונים בגדה המערבית. כל קבוצה הגיעה ליום אחד בלבד, כדי לאפשר לכמה שיותר ילדים לחוות את חווית הים. הפרויקט קבל תהודה רחבה מאד בצד הפלסטיני, בתקשורת העולמית וגם כאן בארץ. ההתרגשות הגדולה של הילדים למראה הים, וההנאה שלהם ושל הוריהם מיום שכולו חופש, מרחיבה את הלב ומפיחה תקווה.

השנה אנו מקבלות פניות כה רבות, שעל מנת לעמוד בהן נידרש לגייס משאבים כספיים גדולים יותר ולרתום עוד מתנדבים למשימה. אנו מקווים להגיע השנה לכ-24 קבוצות שיתפרסו על פני החודשים יוני ויולי. (הרמזאן שמקדים השנה מגביל אותנו בזמן). אנו פונות אליך לתרום ולהתנדב לפי יכולתך על מנת שנוכל לקיים גם השנה מפעל זה. הפעילות מבוצעת כולה על ידי מתנדבים וממומנת מתרומות, שמהן ייגזר מספר הימים שנוכל לקיים. "יום הים" כולל רחצה בים, ארוחת צהרים ופעילות מודרכת במתנ"ס הערבי-יהודי ב'פן, המעמיד את שרותיו ללא תשלום.

עלות יום עבור ילד אחד היא \$40. ההוצאה היא עבור הסעות, ארוחת צהרים וציוד מינימלי הדרוש לשהייה בים ולהפעלה החברתית. ניתן להתרשם מהפעילות של השנה שעברה בבלוג www.minelbahar.com. אנו מזמינות אותך להשתתף בזכות זו שנפלה בחלקנו ובטוחות שהנאת הילדים הרבה תהיה גם עבורך מקור לשמחה ולקורת רוח. רשומות כבר 20 קבוצות של ילדים (54 בכל קבוצה), מכפרים שונים בגדה. לצורך הבאתם לימי הים נחוץ עדיין מימון רב. המטרה לממן ל-1000 ילדים יום יום אחד בחופשת הקיץ. **למילוי טופס תרומה לחצו כאן** ; למילוי **טופס התנדבות לחצו כאן**.

לפרטים: צביה שפירא – 054-7474994, רחל אפק – 0523-251859 rchlafek@gmail.com

8. התנדבות עם פליטים באיזור ירושלים

אילנה ל' העבירה פנייה שהתפרסמה באתר "הומניסטי"

אני מפנה אליכם בקשה להתנדב או לתרום לפליטים הנמצאים באיזור ירושלים (באיזור המרכז ניתן לפנות לעמותת אסף שפועלת בתל אביב). אני מתנדבת עימם בפן הרפואי כבר זמן רב ונחשפתי לסיפורים קשים ביותר של עינויים וייסורי בריחה שעוברים עליהם במשך שנים. על הנ"ל נוספים הנתק מהמשפחות, שפה וכל מה שהכירו. גורמים בממשלה מנסים לצייר שמדובר במהגרי עבודה ולגרשם בניגוד לחוקים הבין לאומיים, אך האמינו לי ממקור ראשון - מדובר בפליטים ששרדו עינויי וטבח אך בקושי, איבדו כמעט הכל, עברו עינויים נוספים על ידי בדווים סביניי והתעללות אונס ופציעות מחיילים מצרים וגורמים נוספים בדרך. לא מדובר באנשים רבים מאד, אך מצבם קשה מאד.

כל סוג של עזרה, שאינו מהווה טרחה עבורכם מבורך מאד מהעברת המייל למי שאולי יתעניין, תרומה צנועה של ביגוד או חפצי יד שנייה אחרים, מזון וכמובן כל התנדבות אחרת בחונכות, לווי, רפואה, תחום הנפש וכו'. עוד אפשרות כי בתחום מציאת העבודה - לפי פסיקת בג"צ הם עובדים חוקיים ולכן ניתן להעסיקם, בניגוד לעובדים זרים, כך שאם חיפשתם, או מוכר לכם מישהו שמחפש כח עבודה נאמן וגם זול וחוקי - זו ההזדמנות לתת אפשרות גדולה ולקבל חזרה, באופן חוקי ללא סכנת הקנס שבהעסקת עובדים לא חוקיים.

ישנם אנשי רפואה, בריאות הנפש וסיעוד שנרתעים מהתנדבות דרך ארגון רופאים לזכויות אדם, בשל חשש מעמדה פוליטית. כאן מדובר במערך מתנדבים ללא כל אינטרסים פוליטיים או כלכליים, ואפילו ללא עמותה מאחוריו. יזמה את המערך הנ"ל **טלי ארהנטל**, עו"סית מירושלים, והמערך מתנהל באופן מעורר השראה. **לפרטים לחצו כאן**.

9. תרגול ערבית מדוברת בסוסיא ותמיכה במשפחות

כותבת נעמה:

השבוע סוף סוף נסעתי לסוף השבוע של לימוד ערבית בדרום הר חברון. מדובר בפרויקט שבו מתארחים לשלושה ימים אצל משפחה בסוסיא, ורצייתי לספר קצת על החוויה.

הדבר הבולט ביותר בביקור הוא צורת החיים המסורתית. אנשי המקום עושים כמעט הכל לבד - הם גרים באוהלים ובמבנים פשוטים שבנו לעצמם ולחיות: כבשים, תרגולות, חמור וכלבים לשמירה. אופים לחם פעמיים ביום בטבון שהגחלים לוחשות בו תמיד. בכל בוקר הנשים חולבות את הכבשים וניגשות למלאכת הכנת חמאה וגבינה מלוחה (אותה מוכרים בעיר יטה הסמוכה לפרנסתם), על ידי ניעור חוזר של חלב בקיבת כבש. הגברים יוצאים למרעה עם הכבשים ובכלל יש עבודה רבה.

בעבר היו גרים שם בבתים ובמערות, אך הצבא הרס אותם - זהו הפן האחר של המקום. באיזור קיימות התנחלויות רבות - סוסיא, מעון, חוות מעון, מצפה יאיר, שורת התנחלויות ומאחזים שנדמה שאין לה סוף. המתנחלים חיים ברווחה - בוילות עם חשמל, מים זורמים וקווי טלפון, אך אנשי סוסיא אינם זוכים לכל זה. את בורות המים שלהם שברו אין ספור פעמים ובשל המחסור במים הם נאלצים לעיתים לרכוש אותם בכסף. אין אישורי בניה (לאחר שבג"ץ אישר את זכותם העקרונית לבנות במקום המנהל האזרחי פסל אחת אחת את תוכניות הבתים), כך שאפילו בניית שירותים או לול תרנגולות כרוך במאבק.

בשבת ירדו המתנחלים לרעות את הצאן שלהם בשדות של סוסיא הפלסטינית, ואחת הנשים אצלן התארחתי הוציאה מצלמה של "בצלם" בכדי לתעד את הגנבים בפעולה. בינתיים אנשים מהכפר, יחד עם אנשי "תעיר" ש"שמגיעים בכל שבת זה יותר מעשור ו"קבוצת הכפרים" (אשר מארגנת את סופי השבוע) ירדו לשדה והצבא התערב והעלה את המתנחלים בחזרה להר. אחת ממטרות סופי השבוע הוא להגביר את הנוכחות של ישראלים במקום, אשר ממתנת את ההתנגשויות.

אני מצרפת [לינק לסרט](#) שנעשה על הפעילות של "קבוצת הכפרים" באיזור. ב-25 למאי תהיה פתיחה של המרכז הקהילתי שבנו שם. אפשר גם להירשם לסופי שבוע של ערבית בכל סוף שבוע אחרון של החודש או בקבוצות של שלוש.

להלן פרטים על הפרויקט:

התוכנית לחיזוק והעשרה של הערבית המדוברת היא יוזמה משותפת של 'המרכז ללימוד ויצירה' בסוסיא הפלסטינית ושל [קבוצת הכפרים](#) - קבוצת מתנדבים הפעילה בסוסיא ובאזור מזה שנים. התוכנית תתקיים מכאן ואילך בימים חמישי, שישי ושבת בסוף השבוע האחרון של כל חודש. המעוניינים ליטול חלק בתוכנית מוזמנים לפנות לדוד בטלפון: 0546597551 או לאבראהים בטלפון: 059-8151253 ניתן ליצור עמנו קשר גם דרך

כתובת הדואר האלקטרוני susiyacentre@gmail.com

10. "אפריקולטורה": ערב התרמה לארגון מתנדבים באפריקה, 14.5.11, ת"א

כתבה ארנונה:

ערב התרמה בשם "אפריקולטורה", שנערך על ידי ארגון ישראלי בשם ברית עולם שבנה מערך התנדבות של צעירים ישראלים בחו"ל, בעיקר באפריקה. ערב ההתרמה ייערך בתל אביב במוצאי שבת בעוד שבוע, ה-14.5.11. אולמי האוזן בר, האוזן השלישית, רחוב קינג ג'ורג' 48, ת"א

אני מכירה את הארגון כיוון שבתי נסעה במסגרתו, לפני כשנה, להתנדב באוגנדה, כחלק מקומונה של מתנדבים שעוסקים בחינוך, בהעצמת נשים, שיקום אסירים ועוד. על פי ניסיונה החיובי ביותר של בתי, זהו ארגון ששווה לתמוך בו, ולכן אני עוזרת בהפצת ההזמנה. כרטיסים לערב הזה של מוסיקה ותרבות אפריקאים עולים 130 ש"ח, שמהווים תרומה להמשך המערך ההתנדבותי הזה.

בקיצור, אני מזמינה אתכם לבוא, להנות ולתרום, או פשוט להעביר את ההזמנה הזו הלאה. לפרטים: אנושקה האורסטוק, ברית עולם טל. 0544672553 anushka@britolam.org, אתר: www.africultura.com

11. הכנס השנתי של עו"סים שלום – 18.5, באקה אל גרביה

העבירה: דורית

הכנס השנתי יתקיים בתאריך 18.5 במכללה האקדמית אלקאסמי בבאקה אל גרביה, ובשיתוף המכללה. לתוכנית הכנס [לחצו כאן](#).

12. המלצות קריאה וצפייה:

מאמר ששלחה ג'וליה (כותבת המאמר):

ניסיון להשמיע את קולנו נגד המלחמה הבאה. <http://www.news1.co.il/Archive/003-D-58525-00.html>

הם יכולים לאסור מחאה, אך לא ישתיקו את 'קול אחר': אתם - הצבא שלנו והחמאס שלהם - חושבים שאם תירו עוד ועוד, אם תהרסו חיים, אם תפחידו אנשים, ואם תשללו מאיתנו את זכותנו לחיים נורמליים - נשתוק. את ההתקהלות הפיזית אולי אפשר למנוע, אך את הקולות שלנו - לא תשתיקו

העביר מרסלו:

[דיווח מהאתר](#) של תנועת "סולדיריות" על הצלחה של מניעת פינוי משפחה מרמלה:

העבירה יסמין:

[Interview](#): daughter of Frantz Fanon on Palestine solidarity

העבירה לקראת פסח (שכבר חלף לו) אסתר:

anti-Occupation Passover [Hagaddahs and inserts](#)

ובהקשר של פסח כתב מרסלו: איך מרגיז אותי שיהודים מאחלים חג חירות שמח וחונקים את הפלסטינאים בעזה עם המצור האכזרי והלא מוסרי, ויושבים על הפלסטינאים בשטחים הכבושים ומונעים את חירותם. חרות היהודי באה על חשבון חרות הפלסטינאי. ועוד משהו: הגיע הזמן כבר לשנות את ההגדה של פסח. שרים עבדים היינו - מזמן אנחנו לא עבדים אלה אדוני הארץ שהופכים אנשים אחרים לעבדים

והוסיפה אלינור: בקרב היהודים האמריקאיים, המסורת היא לקרוא הגדה שעוסקת בחירות בני האדם בכלל, ולא בכך שה"עם היהודי" נרדף ולכן מותר להם הכל. אין ספק שזו הגדה שהרבה יותר נעים לקרוא, וזה לא במקרה. למעשה, יש תחושה שבקרב היהודים האמריקאיים חל שינוי איטי אך עמוק ומשמעותי ביחס לישראל. הדבר בא לביטוי למשל במאמר שהתפרסם השנה ב"[ניו יורק רווי אוף בוקס](#)", אשר היכה גלים. משפט המפתח במאמר:

For several decades, the Jewish establishment has asked American Jews to check their liberalism at Zionism's door, and now, to their horror, they are finding that many young Jews have checked their
Zionism instead

השינוי בקרב יהדות אמריקה הוא קריטי עבור ישראל, מכיוון שקבוצה זו בעלת השפעה אדירה על הממסד האמריקאי, אשר בלעדיו ישראל לא יכולה לעשות כלום.

העביר אלעד:

- בהמשך למערכון שאליו היתה הפניה ברשימת פסיכואקטיב, שהציג באופן סטירי גן ילדים בישראל – להלן קישור לפוסט שבו תמונה אמיתית מגן ילדים בישראל, שמוכיחה שהמציאות בישראל עולה על כל דמיון של כותבי המערכונים: <http://972mag.com/fear/>
- אלעד כותב: מעניינת בעיניי שתיקת השמאל, שבאה לידי ביטוי גם ברשימה, לנוכח "מאמר גולדסטון" שהכה גלים וכתורות בתקשורת המיינסטרים בישראל ביומיים האחרונים. גם אני מצאתי את עצמי קצת מבולבל לנוכח המידע ומתקשה להגיב. בסופו של יום ואחרי שהעמקתי קצת בסוגיה, החשש העיקרי שלי הוא שמיסגור המאמר כ"התנצלות" או "חרטה" של גולדסטון על הדו"ח (כשבפועל הוא חזר בו אך ורק מהטענה לכוונה מאחורי הפגיעה באוכלוסיה האזרחית במהלך המלחמה), יספק להנהגה הישראלית קאזוס בלי ועלה תאנה לפגיעה ברוטלית אף יותר באוכלוסיה האזרחית במלחמה הבאה. בכל מקרה, [הנה התגובה של ארגוני זכויות האדם בישראל למאמר](#).
- **כתבה:** אנשי רוח ישראליים יברכו על הצהרות העצמאות הפלסטינית. כתב על כך **אולק:** אתמול נתקלתי באותה ידיעה ב"הארץ" שגרמה לי להרגשת חג גדול. אילו הייתי דתי הייתי אומר "ברוך שהחיינו" ... אני מודע היטב, ואני מאמין שכל מי שלא רוצה לשקוע באפתיה או ביאוש צריך להיות מודע היטב, לתשובה על השאלה "מה צריך לקרות בארץ כדי שארגיש שקרה משהו חיובי, משהו הנותן תקווה לעתיד?". והנה קרה משהו כזה. נדלק אור באפלה, נאמרו בקול גדול, ועל ידי ציבור מאוד מכובד, המלים שכאילו הוצאו מלבי ושעד אתמול היו כקול קורא במדבר.

העבירה אפרת:

- בהמשך לידיעה על [האירוע](#) של אנשי הרוח הישראלים [שהכריזו](#) על עצמאות המדינה הפלסטינית בתל אביב, הנה [אתר של יוזמה ברוח דומה](#). והנה [מאמר ביקורת](#) על גישתה של [חנה מרון](#), מראשי ההתארגנות.
- בעקבות יום השואה, [כתבה על מערכון](#) פרודי על תוכניות ריאליטי בישראל.

העבירו אורית ורבקה:

רבקה: [כתבה](#) על מה שצה"ל עושה לפליטים מדי יום, ומה שבחרה קבוצת מילואימניקים לעשות במקום. כמובן שהם מיד הוחלפו ע"י חיילי סדיר שמילאו במקומם את הפקודות הרצחניות.

דוד: מי שבינינו שרת בצבא מכיר את הקרע הפנימי בין השתייכות למסגרת וההכרח למלא פקודות לבין נאמנות ערכית, אני חושב שיש מקום לתת תמיכה לאנשים אלה שנמצאים בהתלבטות פנימית קשה ולגבות את הערכתנו בנכונות להושיט עזרה מקצועית אם צריך, כמו לסרבני שירות בשטחים.

רות ב"א: מסכימה איתך לגמרי וכך הרגשתי והתפעלתי כאשר קראתי את הכתבה בעיתון. התפעלתי הן מאומץ ליבם ואנושיותם והן משיתוף הפעולה המיטיב שהיה עם המערכת הצה"לית שהלכה לקראתם. אשמח אם יש דרך להביע את הערכתנו בפניהם.

העבירה ארנונה:

אתר של ארגון בשם "ירושלים דלמטה", שעושה דברים חשובים www.t-j.org.il

העבירה שרה מ':

מאמר מעניין וחשוב פרי עטו של עמוס גולדברג. המאמר עוסק בהבנה היסטורית של מקורות השואה

<http://www.haaretz.co.il/hasite/spages/1226582.html>

העבירה רוני ש':

ביום הזיכרון, 9 במאי, בשעה 18:00 ישדר ערוץ 10 את הסרט "גחליליות". הסרט [גחליליות](#) הוא סיפורו של גילי, ילד בן 12, צעיר בן 24 ומבוגר בן 44, שיוצא לחפש את אחיו, גיורא, שנשאר בן 19, במלחמת יום כיפור. זהו תיעוד אישי, אמיתי, מרגש ומטלטל על משבר נפשי ושכול, סמים והזיות, כוכב נופל וגחליליות, השוזר מציאות ודמיון, אהבה ותקווה, בירושלים, סיני, נפאל ומה שביניהם.



להתראות בעלון הבא!

עריכה: אפרת אבן צור ויעל סיון

אימייל למשלוח חומרים: alon.psychoactive@gmail.com