

התנועה  
הקיבוצית



ועד אבי  
הי וואס

# גיבורות מאירות

התנועה  
לידהדות  
חברתית



המדרשה  
באורנים  
יוצרים יהדות ישראלית



**בכל שנה** בחנוכה אנו מעלים על נס את גבורת המכבים ומספרים בשבחיהם, לעיתים מוסיפים גם גיבורי תרבות ציוניים, ועכשוויים, ואולי אפילו גיבורי על. השנה בחרנו לעשות מעשה של תיקון, ולספר על **גיבורות רבות: נשים גיבורות.**

בחרנו דמויות של נשים מעוררות השראה בתחומים מגוונים, מתוך התרבות היהודית- ישראלית, והכנו לכל נר של חנוכה כרטיסיה המציגה את סיפורה של הדמות, טקסט שכתבה או שמתקשר אליה, והפעלה הקשורה בדמותה, מפעל חייה, שמה או השראתה.

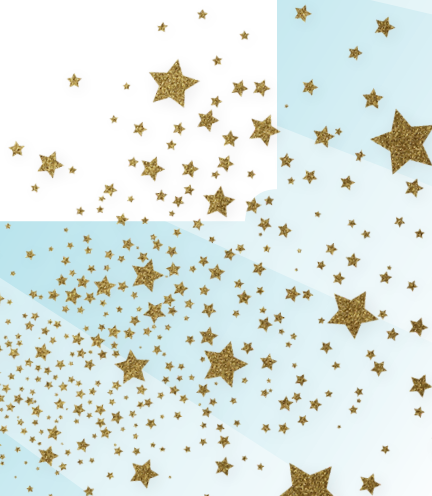
סביב הכרטיסייה תוכלו לייצר פעילות בקהילה, במערכת החינוך הפורמלית - והחברתית-קהילתית, עם הש"ש, החניכות/ים, ואפילו בבית, עם המשפחה.

השנה תוכלו להתבונן סביב, יחד עם חברי וחברות הקהילה שלכן/ם ולשאול: את סיפורה של מי ראוי לספר בעת הדלקת נרות חנוכה? מי הגיבורה שלנו?

השמש[נית] בכל הדלקה- תיקרא **"הגיבורה שלי"**, ותאפשר לכן/ם לבחור מישהי משמעותית עבורכם/ן ולשתף מדוע היא **גיבורת רבות בעיניכן/ם.**

## חג של אור!

נעם דן, דותן אריאלי, אילה ויצנר ודינה לבנון  
צוות "כזה ראה וחדש"  
חנוכה תשע"ט



## כיצד ניתן להשתמש בערכה?

א. במהלך טקס החנוכה, בעת הדלקת הנרות. מצורף קלף ובו **נוסח טקס "מסורתי-שוויני"** ובו הצעה לשילוב שם הגיבורות במהלך הטבעי **והקצר** [!] של הטקס.

ב. איזו גיבורה אני? משחק ניחושים. כל משתתפת/ת בתורה/ו מחזיק/ה קלף ומספר/ת את סיפורה של הגיבורה בגוף ראשון, כאילו היה סיפורו שלו/ה ומבלי לנקוב בשמה! על המשתתפות/ים לנחש מיהי הגיבורה שבקלף.

ג. בכל קלף מופיע ברקוד השולח אתכן/ם לסרטון הקשור בגיבורה, שיר עליה, ראיון איתה, סרטון או מצגת. נסו אותו! ניתן להקרין את הדברים ולהעשיר את המידע אודות הגיבורה.

ד. בכל קלף יש הצעה לפעילות הקשורה בדמותה, מפעל חייה, שמה או השראתה של הגיבורה. את הפעילות ניתן לקיים בכל יום, ולקשר אותה לשיח על הגיבורות.

ה. החיפוש אחר **גיבורות** רבות חשף אותנו לשפע נשים מדהימות בתרבותנו. ההכרעה הייתה קשה ומאתגרת. אפשר ואף רצוי לעשות מהלך דומה בתוך הקבוצה או הקהילה, ולהרכיב את הרשימה הראויה עבורכן/ם. הדיון והנימוקים עבור כל אחת ואחד - יהיו החלק החשוב והמשמעותי ביותר!



גיבור, גבורה, מה זה בכלל?  
סרטון קצר ומעניין

## מהי גבורה?

**מעשה או דרך חיים שיש בו מן החתרנות, שלא מקבל את המציאות כפי שהיא ופועל למען תיקון העולם בתחמו.**

"הגבורה האמתית מתגלה גם בחולין של יום יום.

אנו רגילים לייחס את מושג הגבורה לצבאיות, מסיבה מובנה: מהלוחם נדרשת הסכמה למפרע להקרבה מקסימלית, לקרבן חיים. אך אין זו הדרך היחידה. הגבורה, כמו כל כישרון, אינה רכוש פרטי, היא סגולה המעשירה את כל הכלל, לכן נפשנו סולדת כל כך מגנדרנות והתפארות של אנשים אמיצים. לא הפחדנות היא היפוכה של הגבורה אלא האנוכיות.

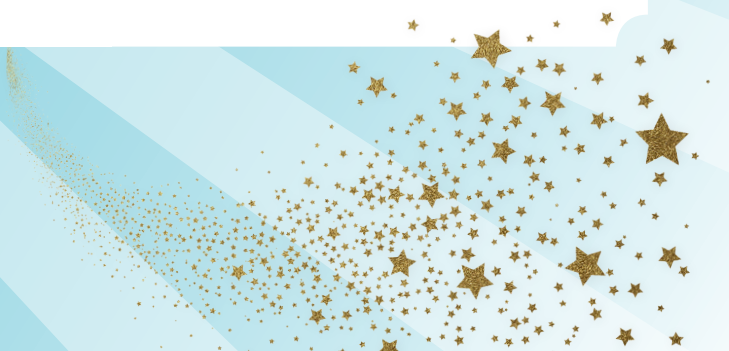
האיש האנוכי יכול להיות אמיץ, אך גיבור לא יהיה. הגבורה היא קודם כל מידה מוסרית.

הגבורה, שהיא הקרבה, אינה אכזרית ביסודה. היא אינה מתאכזרת. זו היא הצורה הנעלה ביותר של השירות. ביסודה היא אהבת הזולת. [...]

הגבורה - היא תכונה אנושית חיובית. אין גבורה בלי מטרה הומאנית וברי הומאניות, כי עיקרה חיוב החיים, החיים על כל גילוייהם הטובים. ההקרבה איננה התבטלות. אין היא מבקשת את טשטוש עצמיותו של האיש. רק אדם שיש לו הדבה, יכול לתת הדבה, והאישיות הדלה אין בה כל טובה לכלל". מתוך: שבילי גבורה / יצחק שדה

הנרות הללו אנו מדליקות/ים לזכר כל המעשים עליהם לא נכתב בעיתונים, על הניסים שלא נקשרים להם כתרים וזרים, על תשועות הנעשות במסתרים, נחמות הנותרות בחשכה. איזהו הגיבור הכובש את יצרו בימים ההם ובזמן הזה, וכל שמונת ימי החנוכה הללו ניתן את הגבורות העלומות הללו על ליבנו כדי לראותן וכדי להודות ולהלל על הניסים והנפלאות והישועות שעשיתן ושאתן עושות.

היו ברוכים וברוכות בחג אור זה עושי ועושות גבורות.



## טקס מסורתי - שוויזני להדלקת הנרות של חג החנוכה

טקס המאפשר דיון ושיח משמעותי סביב החג וערכיו.

מומלץ שלכל משתתפת/תהיה חנוכייה משלו/ה, וביחד נחווה אור הולך וגדל.

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו  
וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר חֲנֻכָּה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם שֶׁעָשָׂה נְסִים לְאַבֹתֵינוּ וְאִמֹתֵינוּ  
בַּיָּמִים הָהֵם בְּיָמֵנו הָיָה:

בערב הראשון בו מדליקות/ים נרות נהוג להוסיף את ברכת הזמן:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם שֶׁהֲחִינּוּ וְקִיַּמְנוּ וְהִגִּיעֵנוּ לְזֶמַן הַזֶּה.

ברוך המקום, ברוכה דרכו של עולם -  
על נשים מיוחדות ומופלאות שבונות את תרבותנו.

נדליק נר עבור \_\_\_\_\_ אשר ביכולותיה, בכוח שכלה וגופה, עוצם רוחה וכישרונותיה  
המדובים האירה את מציאות חיינו באור יקרות. לאשה זו שהובילה, הצטיינה,  
והייתה למקור של השראה ולמידה, נאמר תודה.

כעת נדליק את החנוכייה. במהלך הטקס נהוג לשיר:

הַנְּרוֹת הִלְלוּ אֶנּוּ מִדְּלִיקוֹן עַל הַנְּסִים וְעַל הַנִּפְלְאוֹת וְעַל הַתְּשׁוּעוֹת וְעַל הַנְּחֻמּוֹת.  
שֶׁעָשִׂיתְּ לְאַבְתֵּינוּ וְעָשִׂיתְּ לְאִמֹתֵינוּ בַּיָּמִים הָהֵם בְּיָמֵנו הָיָה. עַל יְדֵי כֹהֲנֵיךְ הַקְּדוּשִׁים.  
וְכָל מִצְוֹת שְׁמוֹנֵת יָמֵי חֲנֻכָּה. הַנְּרוֹת הִלְלוּ קִדְּשָׁנוּ. וְאֵין לָנוּ רֵשׁוֹת לְהִשְׁתַּמֵּשׁ בָּהֶם.  
אֲלָא לְרְאוּתָם בְּלִבְךָ. כְּדֵי לְהוֹדוֹת וּלְהִלָּל לְשִׁמְךָ הַגָּדוֹל  
עַל נְסִיךְ וְעַל נִפְלְאוֹתֶיךָ וְעַל יְשׁוּעָתְךָ.

הנרות הללו אנחנו מדליקות ומדליקים, כי כל אור - נשמת אדם.  
הנרות הללו שווים בגובהם כי כל בני האדם שווים זה לזה.  
וכל חיי אנוש קודש הם, ואין לנו רשות לפגוע בהם,  
אלא לראותם, להוקירם ולשומרם בלבד.

מי ימלא גבורות ישראל אותן מי ימנה  
הן בכל דור יקום הגיבור גואל העם  
שמע - בימים ההם בזמן הזה  
מכבי מושיע ופודה  
ובימינו - כל עם ישראל  
יתאחד יקום ויגאל



ביצוע נפלא של אמור רדא  
 מופיע בברקוד.  
 בדאי לסדוק ולהאזין!



## נר ראשון: דבורה הנביאה

נביאה ושופטת ששפטה את ישראל בימי שיעבוד יבין מלך כנען. הטילה את תפקיד מפקד הצבא על ברק בן אבינועם והובילה אותו במלחמת השחרור ובניצחון הגדול על צבאות כנען.

"וְדְבוּרָה אִשָּׁה נְבִיאָה אָשֶׁת לְפִידוֹת הַיָּא שֹׁפֵטָה אֶת יִשְׂרָאֵל בְּעֵת הַהִיא: וְהִיא יוֹשֶׁבֶת תַּחַת תְּמָר דְּבוּרָה בֵּין הַרְמָה וּבֵין בֵּית אֵל בְּהַר אַפְרָיִם וַיַּעֲלוּ אֵלֶיהָ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל לִמְשָׁפֵט" [...]

"וַיֹּאמֶר אֵלֶיהָ בָּרַק אִם תִּלְכִּי עִמִּי וְהִלַּכְתִּי וְאִם לֹא תִלְכִּי עִמִּי לֹא אֵלַי: וַתֹּאמֶר הֲלֵךְ אֵלַי עִמָּךְ אֶפְסֵי כִי לֹא תִהְיֶה תַפְאֻרְתְּךָ עַל הַדָּרֶךְ אֲשֶׁר אֲתָה הוֹלֵךְ כִּי בִיד אִשָּׁה יִמְכַד יְהוָה אֶת סִיכָא וְתִקֶּם דְּבוּרָה וְתִלַּךְ עִם בָּרַק קַדְשָׁה" (שופטים, פרק ד', פסוקים ד'-ט')

דבורה המשיכה את תפקידה המנהיגותי בתיאור ותייעוד בשירת דבורה החותמת את מעשיה:  
 "עַד שְׁקַמְתִּי דְּבוּרָה! שְׁקַמְתִּי אִם בִּישְׂרָאֵל. עוֹרֵי עוֹרֵי דְּבוּרָה! עוֹרֵי עוֹרֵי! דְּבָרֵי שִׁיר!"  
 (שופטים, פרק ה', ד', י"ב)

דבורה וברק השלימו אחד את השנייה בהובלה.  
 מי יכולות/ים להיות השותפות/ים שלך בעשייה למען החברה?



שאלה לשיחה

לימוד קצר על שמה של דבורה הנביאה - אשת לפידות.  
 מיהו לפידות? או מהם לפידות? ישנן כמה אפשרויות:



תענה לפעילות

- 1 דבורה אשת לפידות על שם היותה אשת ברק הלא הוא ברק בן אבינועם. קיימת הנחה כי המילים "ברק" ו"לפיד" למעשה בעלות אותה משמעות.
  - 2 אשת לפידות - אשתו של אדם המייצר לפידים כמקצוע [לאו דווקא ברק בן אבינועם].
  - 3 דבורה היא אישה נביאה, מנהיגה, שופטת. האם הגיוני שמיד אחרי שמה יופיע הצירוף "אשתו של"? לא בטוח. אולי התיאור הוא אחר: "אשת לפידות" כאשת חיל, אישה "לפידית", נלהבת, המאירה כאור הלפידים הזוהרים, נאורה ומאירה. עוצמתית ובווערת.
  - 4 אישה המייצרת לפידים לפרנסתה [על פי פרוש רש"י]
- דיון קצר ובסופו - הכנת לפידים או למפיונים.



## נר שני: ברוריה

תלמידת חכמים ולוחמת דעתנית. חייתה בטבריה בתחילת המאה השנייה, אחרי גזרות אדריאנוס. מלומדת בתורה ודנה בהלכות כשאר החכמים בני תקופתה. הכריעה במחלוקות הלכתיות בהיטות וידענות. בת רבי חנינא בן תרדיון, שנהרג על קידוש השם, ואשת רבי מאיר. התלמוד מספר שגם את בן זוגה, רבי מאיר התנא החשוב, לימדה לא פעם שיעור לחיים.

בתלמוד הבבלי, מסכת ברכות, י', ע"א, מופיעה דוגמא:  
יום אחד רבי מאיר ביקש לקלל את הבריונים שהיו בשכונתו. אמרה לו - האם כתוב "יתמו חוטאים מהארץ? לא! כתוב יתמו חטאים! (תהילים, ק"ד, ל"ה) אל תקלל אותם. בקש עליהם רחמים. שנה אותם". וכך היה.

ברוריה יצרה הבחנה והבנה שמלווה את קוראי וקוראות התנ"ך עד ימינו. חדשנית ומדויקת. ברוריה הייתה כמעט האישה היחידה בגודל חכמתה ותורתה בדור התלמוד.

ברוריה אהבה ללמוד תורה גם כשלא היה מקובל שנשים לומדות תורה. איזה לימוד או נושא מעורר בך תשוקה ושמחה?



שאלה לשיחה

השם של ברוריה עוסק בבהירות. ביכולת לראות את הדברים באופן מואר ומדויק.



מטרה לפעילות

- מעבירים נר בין המשתתפות/ים וכל אחת/ד מציין/ת נקודה של "חושך" שהייתה/היה רוצה "לגרש" בעצמו/ה - כלומר לשנות ולתקן; ונקודה של אור בעצמו/ה - מקומות של חוזק והצלחה.
- ברוריה הייתה אישה מבריקה וחדה - אתגרו את עצמכם/ם עם חידות גפרורים. סדקו את הברקוד ונסו לנצח את השעון.



הצעות לניסויים של אור  
וצל ורעיונות ליצירה



## נר שלישי: דונה גרציה (1510 - 1569)

נדבנית גדולה, מדינאית, מייסדת טבריה, העיר היהודית הראשונה שנבנתה אחרי החורבן והגלות. בת למשפחת אנוסים שברחה לפורטוגל עקב גירוש היהודים מספרד ב-1492. נישאה לבנקאי פרנסיסקו מנדס שהתעשר ממסחר, בטקס יהודי חשאי, שלאחריו נערך טקס פומבי בכנסייה. נחשבה במאה ה-16 לגבירה העשירה בעולם. פרנסיסקו נפטר ב-1538, מותיר אחריו את גרציה ובתם, ריינה. עסקי המשפחה פרוח תחת ניהולה והיא השתמשה בכוחה ובהונה להגן על יהודים אנוסים ולפדות שבויים. תרמה רבות להוצאת התנ"ך בתרגום לספרדית (תנ"ך פרדה). בנתה בתי כנסת, ישיבות ובתי חולים. ב-1558 חכרה את אתר העיר טבריה מהסולטן סולימאן הראשון. בנתה את חומות העיר, ייסדה ישיבה, ועודדה יהודים שברחו מהאינקוויזיציה באירופה ליישב את העיר.

ב-1569 נפטרה לא הרחק מקושטא, טרם הגשימה את חלומה לעלות לארץ ישראל.

### לגרציה קשר חשוב לחנוכה:

"בחודש כסלו שנת שכ"ה (1564) נשלם בניין החומד בטבריה. כשהדליקו היהודים את נרות החנוכה הייתה כבר העיר [טבריה]... מבוצרת כהלכה. מלחמת המקבים ושחרור ירושלים נתגלו אז באור מיוחד... כל תפארת המשפחה החשמונאית עלתה מחדש לעיני דונה גרציה. בבתי הכנסת קראו בקול "בימי מתתיהו בן יוחנן כוהן גדול". הגבירה [=דונה גרציה] הרגישה שרוח המקבים... תעזור לה להעמיד את טבריה על תילה. טבריה הבירה עדיין לא הייתה משוקמת כהלכה. התכנית המקסימה של בני משפחת מנדס עוד לא בוצעה עד תום. דונה גרציה... ביקשה בתפילות ובתחנונים את החשת בניית טבריה... כדי שהארץ שהובטחה לאברהם ולזרעו תשוב להיות... המולדת של עם ישראל..."  
ד"ר יעקב הרוזן, דונה גרציה ומדינת היהודים בגליל, הוצאת צור-אוח, תש"ם - 1980, עמ' 225.

בזכות הונה והשפעתה בנתה דונה גרציה מוסדות לטובת היהודים ופיתחה את טבריה. אם היו לך הרבה אמצעים (כסף, השפעה...) איזו פעולה היית עושה כדי לשפר ולתרום לחברה?



שאלה לשיחה

תקופת חיי של דונה גרציה הייתה תקופה של רדיפת יהודים אך גרציה הצליחה לצאת מבין הצללים ולהאיר את חיינו. בברקוד תמצאו עבודות יצירה וניסויים של אור וצל. תהנו!



תוצרת לפעילות





חידון קצו



סרטון על הנרייטה סאלד



## נר רביעי: הנרייטה סאלד (1860-1945)

מנהיגה ציונית-אמריקנית, סופרת, מחנכת ועובדת סוציאלית.

סאלד, ילידת ארה"ב, בעלת יכולות אינטלקטואליות אדירות, ביקרה בישראל ב1909, והזדעזעה מהתנאים הקשים, מהעוני ומהזוהמה ששררו בארץ. בתגובה הקימה את "הדסה - הסתדרות הנשים הציונית בארצות הברית", ארגון שנועד לסייע ליישוב היהודי ולמפעל הציוני בארץ ישראל.

ב-1920 עלתה ארצה, וניהלה את הפעילות הרפואית ואת שירותי הרווחה של "הדסה". הקימה את בית הספר הראשון לאחיות, את המרפאות הציבוריות שהיו התשתית למערכת הרפואית ואת בית הספר הראשון לעבודה סוציאלית.

משנת 1933 עמדה בראש "עליית הנוער", ארגון שהעלה לארץ בני נוער שנמלטו מן הנאצים, קלט אותם וחינך אותם בקיבוצים, בכפרי נוער ובפנימיות. הנרייטה סאלד זכתה לכינוי "אם היישוב". כהוקרה לפעילותה הענפה נקבע "יום האם" ב-7 שבת, הוא יום הולדתה.

הנרייטה נולדה ביום הכי קצר של השנה. יום שבו החושך רב והאור רק נולד. חייה שלה עומדים בסימן זה. החושך שהיא פוגשת ורואה סביבה גורם לה להדליק אור ולפעול למענו. היא פוגשת במחלה שלוקחת ממנה את אחותה הקטנה - ובהמשך חייה תקדיש את מירב מאמציה לנושא הבריאות ומניעת המחלות. היא פוגשת במהגרים ומחפשי המקלט - ויוצאת להגנתם, פועלת לסייע להם והופכת את ביתה לביתם. היא מטפלת, מרפאה, מקימה ומאירה עבור אנשים אחרים ועבור מדינה שלמה.

היא לא מקוננת על החושך, היא מדליקה אור.

אזהרה לשיחה



הנרייטה סאלד בנתה מערכת תומכת ומחנכת לאלפי ילדים שנשארו יתומים אחרי השואה. בתקופת הילדות, איזו דמות חינוכית (חוץ מהורים), השפיעה עלייך ואיך?

זמנו לפעילות



בלינק סרטון של 14 דקות על הנרייטה סאלד. צפו בו ויחד הרכיבו חידון מפרטי חייה. שלחו את הלינק עם הסרטון גם למשפחה.. וחודו להם את החידון.



ניסויים של אש, אור וחושך



## נר חמישי: פרופסור עדה יונת

כימאית ישראלית בעלת סקרנות עצומה להבנת תהליכי החיים. ילידת 1939, פרופסור מן המניין במכון ויצמן למדע, המתמחה בקריסטלוגרפיה של חלבונים. מחקרה עוסקים במבנהו ובפעולתו של הריבוזום. קלת פרס נובל לכימיה לשנת 2009, והאישה הראשונה שזוכה בפרס נובל לכימיה מאז 1964.

נולדה בירושלים והתייתמה מאביה בעודה תלמידה בבית-הספר היסודי. על אף העובדה שנאלצה לסייע לכלכלת המשפחה, המשיכה בלימודים. בתום השירות הצבאי, כדי לספק את סקרנותה למדה באוניברסיטה העברית בירושלים לתואר בוגר בכימיה ולתואר מוסמך בביופיזיקה. את לימודיה לתואר דוקטור סיימה בהצטיינות במכון ויצמן למדע, ואח"כ התמחתה באוניברסיטאות מליכות בעולם (כולל MIT) בקריסטלוגרפיה ביולוגית, ובשובה לארץ הקימה את המעבדה הראשונה שהייתה היחידה בתחום זה כמעט עשור.

למעלה משלושה עשורים עוסקת פרופ' יונת בחקר התהליכים הקשורים לתרגום הצופן הגנטי לחלבונים. מחקרה הייחודיים, שבוצעו במקביל במעבדותיה במכון ויצמן ובמכוני המקס-פלנק בגרמניה, אפשרו לקבוע את המבנה התלת-ממדי המפורט ואת אופן פעולתו של הריבוזום, האברון המשמש כבית הייצור של החלבונים בכל התאים החיים. עקב תפקידו החיוני של הריבוזום, על מנת לחסל חיידקים גורמי מחלות כמחצית האנטיביוטיקות המצויות כיום בשימוש רפואי נקשרות אליו ומעכבות את תיפקודו, ובגלל התרחבות תופעת העמידות לאנטיביוטיקות, המסוכנת מאד לאנושות, היא מתמקדת בחיפוש דרכים ליצירת אנטיביוטיקות חדישות.

עבודתה זיכתה אותה במדליות, בחברות באקדמיות בישראל ובעולם, באותות של כבוד, בציונים לשבח ובפרסים רבים, בהם פרס וולף ופרס ישראל. בשנת 2009 זכתה בפרס נובל לכימיה. במקביל, היא אם מסורה לביתה, רופאה בכירה בבית החולים ע"ש שיבא וסבתא אוהבת לנכדתה שלאחרונה סיימה את שירותה הצבאי.

עדה יונת, שהתייתמה מאב בגיל 11 ועבדה תוך כדי לימודים בכדי לסייע בפרנסת המשפחה, הצליחה לפרוץ כל גבול אפשרי במחקר שלה. אילו הישגים היית רוצה להשיג? אילו גבולות היית רוצה לפרוץ?



שאלה לשיחה

מצודף ברקוד לאתר ובו ניסויים מדעים מעולים ברמות קושי שונות - על אש, חושך ואור וצל.



תאור לפעילות



סרטון הכולל את שמוזר הארוע  
ודיון מרחיק בסוגיה



## נר שישי: בלה פריינד

ילידת 1953, עובדת סוציאלית חרדית ירושלמית שהתפרסמה ב-1993 כשהגנה בגופה על מחבל מפני ההמון המבקש נקמה. פריינד נולדה בבית חרדי-חסידי וציוני. אביה שירת בצה"ל. לבלה בן זוג ושמונה ילדים.

ב-1993 דקר מחבל פלסטיני שני ילדים בשוק מחנה יהודה. לאחר האירוע רדף המון זועם אחר המחבל. יריות נורו, המחבל שכב על הקרקע, וההמון היכה אותו. פריינד הצליחה להגיע אל המחבל ולגונן עליו בגופה, בעת שאנשים בועטים, מכים, יורקים ומקללים אותה. רק אחרי 27 דקות הגיעה המשטרה. פריינד אמרה:

"אכן, הערבי דקר ילדים. למרות זאת, כיהודים - בני העם הנבחר, עלינו לקחת נשימה עמוקה בטרם ניטול את החוק לידנו. אנשים זעקו לעברי אחרי הדקירה: "עין תחת עין", אך זהו נושא קריטי של דיני נפשות, שבעבר היו מוכרעים על ידי חברי הסנהדרין".

"באותו רגע זה היה מעמד הר סיני בשבילי. טיפת דם לא נשפכה שם, וזה מה שהיה חשוב", סיפרה פריינד. "כשביקרתי לפני שנים במחנה ההשמדה אושוויץ, וראיתי את המקום שבו הייתה אימא שלי, עוד אפשר היה להריח את הגופות השרופות. ומסיבי היו בתים ישנים, שהדיירים שלהם לא יכלו להגיד שהם לא הריחו את השריפה של האנשים. אני דור שני לשואה שגדל בלי סביב וסבתות, אז איך אני יכולה להסכים ללכת עם הילדים שלי במרכז ירושלים, ושהחוויה שלהם תהיה לדאות לינץ' באמצע הרחוב?"

"אני ממש לא גיבורה!"

בלה פריינד השליכה את עצמה על המחבל, כדי להגן עליו, בלי לחשוב על בריאותה או על מה שקרה לה. איזה מאבק ראוי בעיניך עד כדי כך שאולי צריך יהיה לשלם על כך מחיר אישי?



לפיכך נברא אדם יחידי בעולם, ללמד שכל המאבד נפש אחת, מעלים עליו כאילו איבד עולם מלא; וכל המקיים נפש אחת, מעלים עליו כאילו קיים עולם מלא. (משנה, מסכת סנהדרין, ד', ה').

האוד שבי: כל משתתפת/ בתורו/ה עומדת/ ליד החנוכיה. כולם אומרים עליו/ה דברים טובים וכותבים מסביבו/ה 3-4 מחמאות. מצטלמים עם המחמאות, שולחים להורים ולחברים, ושומרים לימים חשוכים.





סרטון של ענבל פיזרו  
בראיון קצר אחרי הזכייה  
באולימפיאדת ריו דה ז'ניירו



## נר שביעי: ענבל פיזרו

ילידת 1987, שחיינית פאראולימפית ישראלית, השתתפה בארבע אולימפיאדות, מאתונה 2004 ועד ריו דה ז'ניירו ב2016. זכתה בתשע מדליות אולימפיות.

נולדה בקיבוץ יזרעאל. בלידתה סבלה מסיבוך בכלי דם בעמוד השדרה שבעקבותיו היא סובלת משיתוק בגפיה התחתונות.

בגיל חמש החלה להתאמן בשחייה וכעבור שש שנים החלה להתחרות בתחרויות ארציות. בהגיעה לגיל ג'וס, התנדבה לצה"ל, הוסמכה כמדריכת שחייה במכון וינגייט ושירתה בתפקיד זה. מתחרה מגיל 12 בתחרויות בינלאומיות. בזכות פעילותה והישגיה נמנתה בשנת 2002 בין מדליקי ומדליקות המשואות בטקס יום העצמאות הממלכתי.

"כספורטאית אני כל הזמן מנסה להשיג תוצאות וביצועים שעוד לא הגעתי אליהם. נכשלת הרבה כדי להצליח בכל זאת. האם אתם יכולים להתמקד גם בדברים שלא ברור לכן/ם שתצליחו בהן/ם? האם אתן מסוגלות לאתגר את עצמכן בכל פעם מחדש? לצאת מאזורי הנוחות שלנו, לא לפחד מכישלונות פרטיים?" ענבל פיזרו

ענבל פיזרו לא מפחדת לאתגר את עצמה. להיכשל, ליפול, וגם להצליח בענק! זה לא נס! זאת נחישות אדירה! מה הנקודה החלשה והקושי שלך? מה הדבר שאת/ה מרגיש/ה שהוא פחות טוב בך ואיך היית משתמש/ת בכוחות שלך כדי למקסם את ההצלחה דווקא במקום הזה? איך אפשר לא להתייחס לזה כחסרון או חולשה אלא כהודמנות?



שאלה לשיחה

לשבת במעגל. לסובב סביבון בתורות. לפי האות שיוצאת צריך לשתף במשהו (אפשר לשנות את המשימות):

- נ - "נס" שקרה לי או שהייתי עדה לו...
- ג - משהו שהייתי רוצה לגדול בו
- ה - משהו שהיה והשפיע עלי לטובה
- פ - משהו פה שאני רוצה להגיד לכן/ם, לכל מי שיושב/ות איתי כאן



מעגל לפעילות



## נר שמיני: פרופסור רות גביוון

ילידת 1945, פרופסור למשפטים, חוקרת, מייסדת "האגודה לזכויות האזרח". זוכת פרס ישראל בחקר המשפט. למדה באוניברסיטה העברית משפטים, כלכלה ופילוסופיה, וסיימה בהצטיינות יתרה לימודי מוסמך למשפטים. במשך שנים רבות שימשה יושבת-ראש ההנהלה של האגודה לזכויות האזרח בישראל, ואף הייתה נשיאת האגודה. פרופ' אמריטה למשפטים באוניברסיטה העברית בירושלים, ומכהנת בקתדרה על-שם חיים ה. כהן לזכויות האדם.

מחשובות החוקרים ומחלוצות המאבק למען זכויות אזרח בישראל. מחקריה עוסקים בסוגיות רבות שהמשפט משיק בהן לתחומים אחרים כגון מוסר, דת, פוליטיקה וחברה, והיא מדבה להתעמק בסוגיית המדינה היהודית והדמוקרטית. גביוון היא ממייסדי 'האגודה לזכויות האזרח', ותרמה רבות לחוסנה של החברה בישראל. היא נמנית עם החוקרים והמורים הבולטים, המקוריים והמשפיעים בתחום המשפט בישראל, מדצה מבוקשת בארץ ובעולם בתחומים משפטיים וציבוריים.

ב-2003 פרסמה, יחד עם הרב יעקב מדן, את אמנת גביוון מדן, שמהווה ניסיון להגיע להבנות בנושאי דת ומדינה שיהיו מוסכמות גם על דתיים וגם על חילונים. ייחודה של האמנה בכך שהיא מציגה הצעות מפורטות בתחומים רבים, בהם חוק השבות, שבת, נישואין וגירושין, קבורה ועוד. עבודתה רבת השנים זיכתה אותה בפרסים, בהם פרס צלטנר למחקר משפטי, פרס אביחי (יחד עם הרב יעקב מדן) על האמנה החברתית החדשה בין שומרי מצוות וחופשיים, פרס התנועה לסובלנות (עם הרב יעקב מדן) ופרס ירושלים לסובלנות, פרס א.מ.ת. ופרס ישראל לשנת ה'תשע"א (2011) בתחום המשפטים.

פרופסור גביוון עוסקת כל חייה בתיקון עולם: זכויות האזרח, חתירה להסכמות משותפות בין מגזרים שונים ויצירת מנגנונים ששומרים על החוסן החברתי. מה הייתן/ם רוצות/ים להיות כשתהיו גדולות/ים? מה השאיפות שלכן/ם?



שאלה לשיחה

יצירת אמנה קבוצתית/משפחתית. חשבו מהם הנושאים המעוררים תמיד מחלוקת בקבוצה או במשפחה שלכן/ם, וכתבו אותם על דף. כעת עברו נושא נושא וחשבו יחד: לאלו הסכמות נוכל להגיע סביבו? כיצד נוכל להתפשר כדי להסכים? נשמע את כל הצדדים, וננסה לכתוב על הדף דרך חדשה להתמודדות עם חוסר ההסכמה, המקובלת על כולנו.



הצעה לפעילות

עיסוק באחד ממוקדי העימות באמנת גביוון מדן - פתיחת עסקים בשבת ושיחה משותפת: הפעלה בעקבות פתיחת מרכזלים בשבת בתל אביב (מצורף בברקוד).



רשימת שירים



# הַשְּׂמֵשׁ (יֵת)

בכל יום, כשנדליק את השמש, נקדיש אותו לאישה אחת, גיבורת רבות, גיבורה מאירה שבחרנו בעצמנו. נתבונן סביבנו ונשאל: מי מהנשים המקיפות אותנו, ראויה לתואר "גיבורה"? האם היא גיבורה הודות למעשה אדיר וחד-פעמי? האם היא גיבורה תודות למסע הארוך וההרואי שהיא עושה יום-יום? נספר את סיפור חייה. נמין אותה, או את קרובי משפחתה להדליק אתנו נרות ולשמח בשמחתנו.

המחזות שירי חנוכה. לחלק לקבוצות - כל אחת תקבל שיר חנוכה - אפשר להשמיע או לחלק את מילות השיר ותמציא תנועות לשיר (מעין המחזה) הקשורות למילות השיר.



מעורר לפעילות

מצורפת בברקוד רשימת שירים כולל המילים. ניתן להביא חומרי יצירה ולהכין תחפושיות. כל קבוצה תציג בתורה את השיר שלה - כולל תנועות, כאשר השיר מושמע ברקע. (ניתן להזמין את כל השאר לעשות את התנועות לפי הנחיית הקבוצה המציגה)