

בשבע מגזין לאשה הדתית

אשה חיל

חמישי כ"ה אייר תשע"ב | 17/5/2012 | גליון מס' 20



26

לגזור ולשמור

מתכונים חלביים
וחגיגיים לשבועות

התשמע קולי?
איך מזהים ליקוי שמיעה
אצל הילד

12

נשים בונות
עסק עם מעורבות
קהילתית וחברתית

04



דבר העורכת

חג השבועות בפתח, אז מצאתי לנכון לעדכן אותך בכך שתכולת הסידן של מוצרי החלב גבוהה. ויטמין D, אשר נחוץ לקליטת הסידן בעצמות, מקורו בעיקר בשומן, לכן במוצרי החלב דלי השומן מוסיפים ויטמין D לשיפור קליטת הסידן. ידעת גם שהסידן המגיע ממוצרי החלב מסייע במניעת אוסטיאופורוזיס ("בריחת סידן") ובשנים האחרונות נחקר ונמצא כעוזר לירידה במשקל? ושהקצובה היומית המומלצת לסידן היא 1000 מ"ג ליום לגברים ולנשים בגילאי 19-50, ו-1200 מ"ג מגיל 51 ומעלה? זה מה שמומחים בכללית אומרים, אז כנראה הם צודקים.

לאור זאת, שבועות הוא הזמן שלך להתפנק עם מתכונים חלביים ומיוחדים המופיעים במגזין זה, שבהחלט ישדרגו לך את שולחן החג. ואם תרצי לדעת קצת יותר על החלב - למה הוא בריא ואיזה שימוש עוד ניתן לעשות בו - את מוזמנת לקרוא על כך בכתבה נוספת המופיעה בהמשך. נושאים נוספים ומעניינים מחכים לך במגזין זה אשר הופץ במיוחד לאישה הדתית במסגרת מחלקת המגזינים של העיתון בשבע.

שידיה לך חג שמח

הילה פלאח

בשבע

עורכת: הילה פלאח | mafteachila@walla.com | הגנה: אפרת ליבר
סמנכ"ל שיווק: דודי פינקלר **מנהלי שיווק ומכירות:** יהודה ליכטנשטיין, עודד מוראד **עיצוב גרפי:** 'סטודיו בשבע' | מנהלת הפקה: שמית שמח
מגזין פירסומי לציבור הדתי מו"ל: ביום השביעי בע"מ **יור:** דודו סעדה
מערכת ומחלקת מודעות: טלפון: 03-9185555 פקס: 03-9237777
besheva3@besheva.co.il

כתובת למשלוח דואר: ת.ד. 3631 קריית אריה פ"ת 49130
המערכת אינה אחראית לתוכן המודעות

תוכן

04 שתי חברות יצאו לדרך

צדק חברתי, תרומה לקהילה ועוד דברים טובים בחברה אחת

08 החלב וסגולותיו

למה לשתות חלב ומה עוד ניתן להפיק ממנו

12 שמע בני

על בעיות שמיעה אצל ילדים

16 בזיעת אפיק

איך מתמודדים עם תופעת ההזעה בקיץ

18 שלא נהגו כבוד זה בזה

על כבוד ואהבה בתוך הבית

20 אטליה

כל מקצועות העיצוב במקום אחד

22 קנייה טובה

הקניות הנכונות במקום הנכון

24 לכבוד החג

מוצרים שכדאי להתחדש בהם

26 תפריט חלבי

מתכונים מעולים לכבוד חג השבועות

סוככי השרון

עוקי הצל כבר 26 שנה!

חברת סוככי השרון, מתמחה בייצור ושיווק פתרונות הצללה וקירוי הכוללים את כל סוגי הסוככים, רשתות צל, חדרי זכוכית, פרגולות חשמליות מסובסבות מאלומיניום, סגירת מרפסות ופרוייקטים מיוחדים.

לרשותכם אולם תצוגה גדול ובו מגוון רחב של אפשרויות הצללה וקירוי. מחלקה לאדריכלים ופרוייקטים. יבואנים בלעדיים של:
DICKSON, GEIGER, SAULEDA, F.I.TE.SOL
.FRANCIAFLEX, STOBAG, IATA

מנוע מתנה!

עם 3 שנות אחריות בקניית סוכך, בכפוף לתקנון עד גמר המלא

חדש ובלעדי!
סוככי קסטה עוקיים ברוחב 18 מטר ויצאה של 4 מטר ביחידה אחת וסוככי זרועות עם בוכנה פנאומטית

חדש! בדי דראלון אטומים למים עם 10 שנות אחריות

שירות מהיצרן. איכות במחיר כזה לא תמצאו. בהתחייבות

לפגישת ייעוץ ללא התחייבות בכל הארץ

1-700-721-000

טרומפלדור 3 רמת השרון, 03-5496159 www.shh.co.il



מועדון Mekimi club

המצטרפות
בחודש ההשקה
יהנו ממגוון הטבות

20% הנחה
בקנייה
במעמד
ההצטרפות

50 שקלים
מתנה בקנייה
הבאה

50 שקלים
מתנה ביום
ההולדת

צבירת
נקודות בשווי
10% מערך
הקניה



* ההשקה בין התאריכים 10/05/12 ועד 10/06/12



רשת חנויות אופנה לנשים ולנערות

Mekimi

חדש בני ברק רחבי עקיבא 11 03-5781836 תל. **חדש קניון עזריאלי קרית אתא - רחוב העצמאות 37** 04-8713052 תל. **קניון מלחה** בית"ר 1, שכונת מלחה, ירושלים-02 תל. **קניון איילון** 6483160 קניון סנטר 1 ירמיהו 43, ירושלים 02-6253852 תל. **שדרות ממילא שדרות אלרוב - ממילא, ירושלים** 02-6245927 תל. **קניון בת-ים יוספטל** 92, בת-ים 03-5545851 תל. **קניון איילון** דרך אבא הילל 301, רמת גן 03-5702137 תל. **סניף כנפי נשרים כנפי נשרים** 24, ירושלים 02-6540786 תל. **חנות המפעל סניף בית שמש - רחוב האומן** 1, בית שמש 02-9917374 תל. **סניף רעננה רח' אחוזה** 142, רעננה 09-7400453 תל. **סניף פתח תקווה רח' ההסתדרות** 5, פתח תקווה 03-9303816 תל. **סניף רחובות רחובות** רחוב הרצל 105 08-9100628 תל.

www.mekimi-fashion.co.il



נשים בונות

אורית רומשטיין ורבקי יודקביץ פרשו מקריירה ארוכה ומגוונת בהיי-טק ובניהול למען ערכים כמו שמירה על הסביבה, צדק חברתי, תרומה לקהילה ועוד | בחברה שהקימו הן מציעות לכולנו לקנות מתנות טובות יותר לנותן, למקבל, ליצרן, לקהילה ולסביבה

איכותיים, מעוצבים, מהפכניים, בריאים ובני-השגה. 'נגאיה' היא החברה המובילה בישראל לפיתוח ולשיווק מתנות בנות-קיימא ומוצרים אקולוגיים עם תרומה לקהילה.

את חבילות השי והמתנות המוצעות ב'נגאיה' הן משווקות לארגונים ולחברות וכן לאנשים פרטיים באמצעות שיתופי פעולה ואתר האינטרנט של החברה. חבילות השי של 'נגאיה' מכילות מוצרים שפותחו במיוחד עבורם על ידי יצרנים קטנים ואיכותיים ושפים וקונדיטורים מובילים, ולא ניתן למצוא אותם על המדפים בחנויות המוצרים הכלולים בחבילות מיוצרים בישראל כחלק מהחזון של החברה.

מחויבות לקהילה

כחלק מפעולה החברתית, הקימה אורית יחד עם שתי משפחות נוספות את 'מקום לגדול' - בית ספר דמוקרטי-פתוח בכפר הירוק, והיא מעורבת בניהולו השוטף. אורית חיה בתל אביב, היא

זה התחיל בשתי חברות ילדות שלא נפרדו מאז הכירו לראשונה בתנועת הצופים בחולון. לאחר שבגרו וכבר היו שקועות בקריירות מצליחות משל עצמן, החליטו אורית רומשטיין ורבקי שטרן יודקביץ (בנות +40) להגשים חלום ולפתוח עסק משותף. אורית מילאה תפקידים בכירים בחברות תוכנה בארץ ובעולם ורבקי עסקה במשך כ-15 שנים בניהול, בכספים ובייעוץ בארץ ובעולם. רבקי, רואת חשבון בהכשרתה, בוגרת מינהל עסקים בינלאומי ומומחית בפיתוח עסקי בחו"ל ובאסטרטגיה גלובלית, החלה בתפנית מהעולם הארגוני לעבודה עצמאית כיועצת וכמייסדת במשותף של עמותת 'ישראל 2020' ליצירת חזון לישראל על ידי מגוון צעיריה. השני הושלם לקראת לידת הילד הראשון שלה, אז החליטה לפעול עסקית בתוך מסגרת ערכית מובהקת.

לפני ארבע שנים החליטו החברות הכי טובות לממש חלום ולהפוך לעצמאיות, ואם כבר עצמאיות אז להקים עסק שהולם את אורח החיים שלהן במטרה לקדם עשייה עסקית שמגלה אחריות כלפי הסביבה ומעורבות חברתית. כך קמה 'נגאיה', בית למוצרים ולשירותים ירוקים,





מבצע שבועות 2+1 מתנה על כל החנות



בארות יצחק - מתחם הפאוור סנטר
03-9098442 חפשו אותנו בפייסבוק 

* המבצע בתוקף עד ה- 31.5.12 * בכפוף לתקנון המבצע * בקניית שני פריטים פריט שלישי מתנה, הזול מביניהם



נשים בונות



ספקיה של 'נגאיה' גם הם תורמים לקהילה בעבודה עם אנשים בעלי צרכים מיוחדים ועם נוער בסיכון. 'נגאיה' מחויבת לקדם מוצרי סחר הוגן אשר תורמים ישירות לרווחת אחרון העובדים העוסקים במלאכת הייצור, בארץ ובחו"ל. 'נגאיה' שמה לעצמה למטרה לאמת ולוודא כי כל ספקיה עומדים בסטנדרטים הולמים של אחריות חברתית והעסקה הולמת וראויה של עובדיהם.

הערך התזונתי גם נכנס לתמונה

'נגאיה' מקדמת ייצור וצריכה של מזון מקומי ואורגני. לדברי רבקי, "הדעה הרווחת היא שלמזון אורגני יש יתרונות בריאותיים, שכן הוא מכיל יותר ויטמינים ומינרלים וערכו התזונתי לגוף גבוה יותר. אולם מלבד ההשפעה הישירה על גופנו, למזון האורגני נודעת חשיבות נוספת, משמעותית לא פחות: חקלאות אורגנית אינה מזהמת את הסביבה ומיטיבה גם עם בעלי החיים ועם האדמה. קרי: הבטחה לתוצרת איכותית גם בעתיד. כשצורכים מזון אורגני מעודדים חקלאות בת-קיימא ושומרים על בריאותם של העוסקים במלאכה". מארזיה של 'נגאיה' נושאים את תווית "העיצוב הירוק", המסמלת את התחייבותה של החברה לניצול יעיל ומקסימלי של חומרי אריזה במינימום נפח במסגרת של אילוצי חוסן ושילוח. "אנו שמים דגש על עיצוב לשם שימוש חוזר במוצרינו ובמארזים השונים ומציעים גם מבחר מוצרים המיוצרים מחומרים מתכלים", מוסיפה רבקי, "לטעמנו המושג 'ידידותי לסביבה' משמעו שימוש בחומרים ממוחזרים, קרי חומרים שכבר השלימו מחזור חיים אחד ומוצאים חיים חדשים במוצר אחר שאף הוא, בתורו, יוכל לשוב ולשמש כחומר גלם או להתכלות מבלי לגרום נזק לטבע. אנו משקיעים מאמץ רב במחקר מתמיד של חומרי הגלם הממוחזרים בארץ: פלסטיק, נייר וקרטון, זכוכית, דף עץ ממוחזר ועוד חומרים זמינים ובני קיימא מן הטבע כגון שעם, במבוק וקש".

"המוטיבים העיצוביים, החשיבה היצירתית והערכים שעליהם 'נגאיה' קמה וממשיכה לצמוח הופכים את מוצרינו למתנה שהיא בעצם שלוש מתנות: מתנה למקבל, מתנה לקהילה ומתנה לסביבה", מסכמות בחיך אורית ורבקי.

פעילה חברתית וסביבתית ואם לבת. 'נגאיה' שוכנת במפעל מוגן המנוהל על ידי עמותת ציימס בפארק אפק שבראש העין. העובדים הם משתקמים בעלי צרכים מיוחדים המועסקים במפעל ומתפרנסים בכבוד. שאר השותפים, ביניהם מעצבים, ספקים ולקוחות, ממוקמים בכל רחבי הארץ מראש פינה וכרמיאל בצפון ועד חבל אילות ומצפה רמון בדרום.

'נגאיה' שואפת ליצור חלופה ראויה ונחשקת למוצרי צריכה, ריהוט ועיצוב, לייף-סטייל ומתנות אשר מבוססים על אחריות חברתית ואקולוגית. מאז הקמתה ב-2008, 'נגאיה' מאתרת, מפתחת, מעצבת ואוצרת מוצרים משובחים אשר עומדים בקנה מידה זה, בכל תחומי החיים ומכל רחבי הארץ.

"נגאיה" מציעה שירותים של תכנון, עיצוב, אוטופיטינג וסטיילינג אקו-חברתי לבתי עסק, למסעדות ולבתי מלון, אומרת אורית, "כמו כן אנו מציעים ייעוץ, ליווי וביצוע של 'ירוק' (greening) ותקינה מול ארגונים בינלאומיים בתחום".



ריבקי יודקביץ

העצמה, מיחזור וסביבה ידידותית

הקולקציה של 'נגאיה' מורכבת ממיטב מוצרי המזון האורגני שמקורו בגידולים עדינים ונדיבים כלפי הקרקע ועובדיה, מוצרי מזון וקוסמטיקה טבעית ומקומית בעבודת יד וללא תוספים וחומרים משמרים, מוצרי נייר ממוחזר עשויים

על ידי חברות בארגון העצמת נשים בסיכון, פריטי עיצוב, אריזה ומתנות העשויים מנייר עיתון, מקרטון וממגזינים ממוחזרים, מוצרי יודאיקה מזכוכית ממוחזרת המיוצרים על ידי נוער בסיכון, פריטי לייף-סטייל המעודדים שימוש חוזר ומיחזור, תיקים וסלסלות משאריות בדים אשר נטוות על ידי קבוצת פליטות, כלי שולחן והגשה מקרמיקה בייצור אנשים עם בעיות נפשיות, אביזרי מטבח "ירוק" העשויים מחומרים ידידותיים לסביבה, מוצרי גומי ועץ ממוחזר, תיקים מתכלים ועוד המון פריטים וחומרים המתחשבים בסביבה ומיוצרים תוך תרומה לקהילה.

"התרומה לקהילה היא עמוד תווך באסטרטגיה של 'נגאיה', מוסיפה אורית, "לכן המשרדים שלנו ממוקמים בתוך המפעל המוגן של עמותת ציימס בראש העין. נגאיה מעסיקה עובדים בעלי צרכים מיוחדים בכל מלאכותיה: בהרכבת מארזים ובמילוי, בהדבקת התוויות, באחסון ובמיון, בתחזוקת המחסן ובכל עבודה נדרשת נוספת. מלאכות אלה תורמות לשיקום החניכים ומסייעות להם להתפרנס באופן המכבד את יכולותיהם". 'נגאיה' מתכננת מראש את מארזיה ואת מוצריה בשיתוף מלא עם מדריכי הסדנאות כך שיתאימו לכישורי המשתתפים, תוך המצאה ובנייה של כלי עזר והוראה המפשטים ומאפשרים את ביצוע העבודות.

החשיבות האסטרטגית של האחריות כלפי החברה והתרומה לקהילה לא עוצרת בפתח המפעל - שותפותיה הרבות של נגאיה הן עמותות המעסיקות ומעצמות עובדים עם צרכים מיוחדים, נוער בסיכון, חברים חלשים בקהילה ועוד אנשים המתקיימים בשולי החברה הישראלית. רוב



מגש מעוצב בצורת בקבוק, עשוי מזכוכית ממוחזרת של נגאיה. מחיר: 99 ש"ח

CARELINE



לעור שלך מגיע להתחדש

בראשית

עכשיו במחיר מיוחד!

2 מוצרים
ב-200 ש"ח
ממנון מוצרי
הסדרה



מעבדות קרליין מציגות:

Revival+ קרם עם שיטת הולכה P.D.S אפקטיבי פי 3 במיצוק וחיזוק עור בוגר

סדרת ריבייבל + מבית קרליין, בעלת שיטת הולכה ייחודית P.D.S מחדירה פי 3 עמוק יותר לתוך העור קומפלקס ממצק ומותירה אותו בריא וגמיש.

הסדרה מכילה:

- קומפלקס מינרלים חיוניים המשיבים לעור יכולת תפקוד מקסימלית
- איזופלאבונים מסויה לשמירה על מיצוק וגמישות העור
- חומצה היאלרונית להעלאת רמת הלחות בעור
- Alina המגן על מעטפת התא מפני נזקי השמש
- Soft Focus - לטשטוש קמטים אופטי

בסדרה: קרם יום SPF 15, קרם לילה, קרם עיניים, סרום, קרם להבהרת כתמים

* ס.ל.ח * המבצע בתוקף עד 31.05.12 * כמות מינימום: 2,500 יח' * אין ככל הטבות
* החברה שומרת לעצמה את הזכות לשנות ולאו לבטל את המבצע בכל עת * בכפוף לתקנון





טיפול חלב

מוצרי החלב הם החברים הכי טובים שלנו בימים רגילים, ועל אחת כמה וכמה בחג השבועות | החל מהקפה של הבוקר ודרך הטוסט של הערב, אנחנו חוגגים על מה שהפרות והעיזים מנדבות לנו

שתו חלב

החלב, מסימני ההיכר של החג, עשיר בסידן, אותו מינרל הנפוץ ביותר בגוף האדם והחינוי לתפקודים רבים בגוף: למערכת קרישת הדם, להעברה העצבית, לכיווץ השרירים ולכיווץ והרפיה של כלי הדם. "אחד התפקידים החשובים והידועים ביותר של הסידן הוא בניית העצם בתקופת הגדילה ושמירה עליה בהמשך החיים. צריכה מספקת של סידן חשובה בכל גיל לאורך מעגל החיים מילדות ועד זקנה, ולכל גיל נקבעה כמות הסידן המתאימה לפי צורכי הגוף המשתנים", אומרת ד"ר מיכל גילאון, דיאטנית קלינית ואפידמיולוגית. החלב ומוצרי עשירים גם ברכיבים תזונתיים נוספים: באשלגן, במגנזיום, באבץ, בברזל, בריבופלאבין, בוויטמין A, בחומצה פולית ובויטמין D. חלב מהווה כאמור מקור מצוין לסידן, בשל תכולתו הגבוהה והזמינות הביולוגית הגבוהה שמשפיעה לטובה על תהליכי בניית העצם בגוף. "חשוב לציין כי הסידן נספג היטב גם ממוצרי חלב דלי שומן, ומחקרים אף הראו שאכילה של לפחות שלושה מוצרי חלב ביום עשויה להגדיל את צפיפות העצם

בשנה שחלפה (2011) יוצרו בישראל 1,337 מיליון ליטרים של חלב בקה, 8.80 מיליון ליטרים של חלב כבשים ו-11.20 מיליון ליטרים של חלב עזים. הגידול בצריכת מוצרי חלב מייצור מקומי עמד ב-2011 על 2.4% במונחי שווי ערך נזלים, בעוד הגידול באוכלוסייה נאמד ב-1.8%. כלומר, הצריכה של מוצרי חלב לנפש עלתה ב-0.6%. סך הצריכה השנתית לנפש נאמדת ב-177 ליטר לעומת 176 ליטר ב-2010. מנתונים של מועצת החלב לקראת שבועות תשע"ב (2012), עולה כי צריכת הגבינות הלבנות בישראל עומדת על למעלה מ-96 אלף טון, שהם כ-12.5 ק"ג לנפש בשנה. נתונים נוספים של המועצה מראים כי התחום שרשם את הצמיחה הגדולה ביותר הוא קטגוריית הגבינות הצהובות. שייקה דרורי, מנכ"ל מועצת החלב: "הציבור הרחב אוהב את ענף החלב הישראלי על מוצריו וערכיו וזה מתבטא גם בצריכה. המחלבות השונות משקיעות משאבים רבים בפיתוח מוצרים חדשים כדי שהצרכן הישראלי יזכה למקור חלב עשיר וטעים, וחג השבועות זו ההזדמנות להודות להן על השקעתן".



נורופן
לילדים

עד 8 שעות בלי חום וכאבים



אמא, את יודעת מה טוב לילד שלך, את יודעת כמה קשה לו כשהחום עולה,
נורופן לילדים - מתחיל לפעול תוך 15 דקות ועד 8 שעות.
לטיפול בחום וכאבים גם ביום וגם בלילה. אז אל תתני לבייבי שלך לסבול....
נורופן לילדים - עד 8 שעות בלי חום וכאבים

מכיל: Ibuprofen. יש לעיין בעלון לצרכן לפני השימוש. מגיל 3 חודשים עם מרשם רופא ומגיל 6 חודשים ללא מרשם רופא.



טיפול חלב

שתוכל להמשיך במנהגה לרחוץ באמבט חלב אתונות. "חלבוני החלב ידועים כעשירים בוויטמינים, במינרלים ובחלבונים המעשירים ומזינים את העור", היא אומרת.

"לא צריך להגיע עד לפרפומריה בשביל ליהנות מהיתרונות של החלב. אתם יכולים פשוט לפתוח את המקרר", אומרת גלי פלטינוב, קוסמטיקאית מחברת 'כריסטינה', ונותנת מתכון לטיפול ביתי בחלב: "יש לערבב חלמון אחד או ביצה שלמה אחת עם כפית שמן שקדים או שמן סומסום. מומלץ להוסיף לתערובת גביע של שמנת. יש להניח לתערובת 30 דקות ולאחר מכן למרוח על הפנים. התוצאה - מסיכה עשירה, מזינה ומפנקת במיוחד". "החלב יחולל נפלאות גם לשיערכם", אומר מעצב השיער אילן מרגלית, שגריר 'וולה פרופשיונל', ומוסיף: "שיער בריא וחלק מתחיל עם חלב טרי, חלב מסוגל להקפיץ את השיער ולגרום לו להיראות מבריק יותר מאשר אי פעם. שימוש במרכיבי החלב כגון ויטמינים, ננו-קראטין וננו-פולימרים המתקנים ומחיים את השיער בזמן הטיפול, הופך את השיער לעמיד בפני לחות. החלב משחרר חומצות אמינו, חומצות שומן וויטמינים שמתקנים את השיער ועוטפים את סיב השיער ומשמרים את הלחות הטבעית בו, וכן מעשירים אותו ומקנים לו מראה רענן ובריא, מהשורש ועד הקצה".

ולהפחית את הסיכון למחלות עצם ושברים, מדגישה ד"ר נורית פילו ממחוז תל אביב-יפו של שירותי בריאות כללית.

"על פי מחקרים חדשים, החלב נחשב למשקה הספורט החדש.

שתיית חלב לאחר האימון מגבירה את סינתזת החלבונים בשריר, ויעילה במיוחד להשבת הנוזלים לגוף", אומרת ד"ר גילאון ומוסיפה: "אכילה ושתייה נכונה לפני ואחרי הפעילות הגופנית חיונית להשגת תוצאות אופטימליות באימונים".

ד"ר פילו: "מאחר שגוף האדם אינו מסוגל לייצר סידן בעצמו, ומאחר שחלב מכיל חלבונים, סידן, ופחמימות, הוא גם תורם לגדילה וקובע את חוזקו של העצמות. גם השיניים נהנות מסידן משום שהקזאין, אחד מחלבוני החלב, יוצר שכבה דקה מעל האמייל של השיניים וכך מגן עליהן מפני פגיעה. מחקרים מראים כי צריכת סידן, ובייחוד סידן ממוצרי חלב, עשויה לסייע במניעת השמנה, בהפחתת המשקל ואחוזי השומן בגוף ובשמירה על המשקל החדש לאורך זמן".

קטיה שו, המדריכה הראשית במותג טיפוח ושיקום הציפורניים ORLY, מדגישה כי הסידן נחוץ גם לחיזוק הציפורן ולהגנה עליה: "תופעה של ציפורניים שבירות, פריכות וחלשות מאפיינת העדר סידן בגוף. ישנם תכשירים ייעודיים לטיפול ממוקד בחיזוק הציפורן המבוססים על ריכוזיות גבוהה של סידן שתכליתו להזין את מיטת הציפורן באופן ישיר ולעודד צמיחת ציפורניים בריאות".

חלב מטבח

"מוצרי החלב עשירים בחומצה לקטית (חומצת חלב) השייכת למשפחת החומצות האלפא הידרוקסיות, ועל כן החלב נמצא כיעיל בטיפול העור", קובעת הקוסמטיקאית ובעלת המותג הפרא-רפואי 'קארט קוסמטיקס': החלב מכיל שומנים וחלבונים התורמים להזנת העור היבש והסדוק. החומצה הלקטית פועלת לשיפור רמת הלחות בעור, משפרת את מרקמו, מעודדת הסרת תאים מתים מהעור ונהדרת לריכוך עור יבש וגס. סימה מלכה, המדריכה הראשית במותג התמרקים CHIC, מספרת כי כבר במצרים העתיקה נהגה קליאופטרה לטבול את גופה באמבט חלב אתונות, וכן גם אשתו של הקיסר נירון, אשר קיבלה רשות לקחת עימה 40 חמורים לאחר שהוגלתה מרומא, רק בכדי



לבחור להיות מאושרת

מבט לחיים של צמיחה

ספרה של מחברת רב המכר לידה'



ספר המעניק מבט מרומם
אל מול ההתמודדות והלבטים
בחייה של אשה

ספר המוציא מהכח אל הפועל
את הכוחות הטמונים בה

ספר מרגש ומרתק בסגנונו

נוסף בסופו:

כלים לצמיחה אישית

תמסורת

מוקד ישיר להזמנות:
1599-581-581

להשיג
בחנויות הספרים

הוצאת ספרים
יפה נוח


**עדיים
מכל הלב**
סטודיו לתכשיטים אישיים



יוסף ספיר 1, קרית קריניצי, רמת-גן
טל': 077-3007155 / 050-5312034
דוא"ל: yaenaveh@inter.net.il
פתוח בכל יום, מלבד יום ד'

תכשיטים שאוהבים לאנשים שאוהבים תכשיטים שאוהבים
תכשיטים שאוהבים לאנשים שאוהבים תכשיטים שאוהבים



שמע בני

את קוראת בשמו של הילד והוא לא מגיב? ייתכן שהוא סובל מליקוי שמיעה | איך תדעי מתי קיימת בעיה ומה עלייך לעשות? | ענת כוכבא, קלינאית תקשורת ומנכ"ל רשת 'הדים', עונה על שאלות אלו ועוד



מאיזה גיל ניתן לזהות את הבעיה?

"למעשה ברוב בתי היולדות היום מבצעים לתינוקות בדיקה שנקראת 'הדים' קוכליאריים. זו בדיקה מהירה, לא כואבת ולא פולשנית שבודקת את השמיעה באופן בסיסי. אם מתקבלת תגובה לגירוי שמשמיעים סביר להניח שאין שום בעיה, ואם לא מתקבלת תגובה התינוק עובר עוד בדיקה לפני השחרור מבית החולים. אם גם בפעם השנייה אין תגובה הוא מופנה להמשך בירור בעזרת בדיקה שנקראת ABR או ברה. בבדיקה הזו רושמים באמצעות אלקטרודות שמדביקים לאוזניים ולמצח תגובה של עצב השמיעה לקולות שמשמיעים לתוך האוזן. לפי התוצאות ניתן בהחלט לראות אם קיים ליקוי שמיעה או לא.

בשתי הבדיקות קיים אחוז מסוים של תוצאות לא אמינות,

לחוש השמיעה תפקיד מרכזי בהתפתחות התקינה של הילד בשנות חייו הראשונות. שמיעה תקינה תאפשר לילד למצות את הפוטנציאל שלו ברכישת שפה ודיבור, בכל תהליכי הלמידה ובהתפתחות הקוגניטיבית, הרגשית והחברתית. אי לכך ברור שכל חשש לגבי תקינות השמיעה, במיוחד בילד צעיר, מחייב התייחסות מיידית.

"ההתפתחות של תינוקות שנולדים עם בעיית שמיעה שונה מזו של תינוק שנולד שומע", מסבירה ענת כוכבא, קלינאית תקשורת ומנכ"ל 'הדים', "לדוגמה: בסביבות גיל שבעה עד תשעה חודשים אנו רואים אצל תינוקות תהליך של babbling - שזו התחלה של מלמול, כשהתינוק משמיע כל מיני הברות. תינוק שאינו שומע ימלמל בידיים ולא בפה, לא בצורה קולית. זהו אור אדום המחייב את ההורים לבדוק אם שמיעתו תקינה."





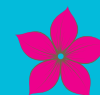
ואם בא לי 4 ביום!?

בשמחה! ארגוני הבריאות בארץ ובעולם ממליצים על צריכה של לפחות 3 מנות של מוצרי חלב ביום, כדרך הפשוטה והכיפית כחלק מתזונה מאוזנת וטעימה.



3 ביום - הכי טעים, הכי בריא





כבדהו ואהבהו

האם אפשר לאהוב יותר מדי? מה מקומו של הכבוד בין בני זוג? ואיך שומרים על ההרמוניה בתוך הבית? תן בליבנו שנראה כל אחד מעלת חברנו...

בריא בבית. יחד עם זאת, נהגה יונית לאכול מדי פעם מחוץ לבית מאכלים שהיתה רגילה לאכול לפני שנישוא. בהתחלה ניסה עופר לשכנע אותה שמדובר בפגיעה בבריאותה. כשהרתה יונית גברו הלחצים מצידו, הרי מהיום הוא דואג גם לבריאות התינוק שייוולד. רק לאחר שהבין שעליו לכבד את בחירתה, הצליחו שניהם לחזק את הקשר. רגע יפה במיוחד חוו שניהם כשיונית גילתה לאחר הלידה שעופר ארז לה במיוחד בתיק חבילה של שוקולד וסוכריות, בניגוד מוחלט להשקפתו.

לא תהיה סמכות רבנית לבן זוגך

אפרת (32) ואילן (36) נשואים שמונה שנים. לאחרונה התחזקה אפרת בעקבות שיעורים שונים שהיא נוהגת להשתתף בהם. עם חזרתה הביתה נהגה אפרת להרצות בפני בעלה. אחר כך עודדה אותו להתחזק גם כן, ללכת לשיעורים ולראות את האור... בתחילה הראה אילן סימני התעניינות, אך ככל שגבר הלחץ מצידה הוא החל להתרחק מענייני הדת וגם ממנה. רק כשהחלה לכבד אותו בדיוק כפי שהוא חזרה האהבה, מכיוון שחזר הכבוד. אילן ואפרת מחזקים את הקשר ביניהם על ידי כך שכל אחד מקבל את השני בלי לנסות לשנות אותו.

לא תהיה פסיכולוג לבן זוגך

חני (26) משתתפת בסדנה לחינוך ילדים. בתחילה התקשתה מאוד לראות כיצד משה (29) נוהג עם ילדיהם בדרכים שונות מהנלמד בקורס. למרות הסבריה החוזרים המשיך משה להמרות את פיה. אי ההסכמות החלו להתגלות מול הילדים, ושניהם הרגישו פגיעה בזוגיות וכמובן קשיים בחינוך הילדים. אולם משהצליחה חני לכבד את משה ואת הדרך שבה הוא בוחר לחנך את ילדיו, דיווחו שניהם על שיפור מיידי בקשר הזוגי ובתפקוד ההורי.

"אהבה ללא גבולות היא אהבה ללא כבוד. כדי לשמור על האהבה נלמד היכן ניתן לחזק את הכבוד. נחפש דווקא את המקומות של חוסר ההסכמה ושם נאפשר לבן הזוג להיות מי שהוא, בלי צורך להשתנות, בלי צורך להתנצל", מסכמת פליישמן.

אהבה - זוהי מילת הקסם. הקסם שיפתור לנו את כל הבעיות, יעלים לנו את הפחדים וייתן לנו סיבה לחיות. בעידן שבו מדברים כל כך הרבה על אהבה, נדמה שקשה מתמיד למצוא את אלו שחיים חיי זוגיות הרמוניים ומלאי אהבה.

אז מהו הסוד לאהבת אמת? נשאלת השאלה, שולמית פליישמן, מנחת סדנאות לנשים במודעות עצמית יהודית, מסבירה כי "כדי להבין מה גורם לנו לאהוב יש להבין שכדי לאהוב את האחר יש צורך לשמור על גבולות בתוך האהבה. נשמע מוזר? הרי היום מדברים על אהבה אין סופית וחזקה שתסחף ותשרוף את הכל. האהבה היא היכולת להתחבר לבן הזוג בצדדים המשותפים לשנינו. אנחנו אוהבים את בן הזוג משום ששנינו שותפים לאותם ערכים, שנינו אוהבים לבלות באותן דרכים ולשנינו אותן תוכניות לעתיד. אהבה זו היא אנרגיה שמפגישה בין בני אדם דווקא במה שמחבר ביניהם."

איפה הכבוד?

"כבוד הוא היכולת לכבד את בן הזוג ולקבל את המקומות שאנו שונים בהם", מוסיפה פליישמן, "כבוד משמעו לוותר על הצורך לשנות אותו ולגרום לו להיות בדיוק כמוני. כבוד הוא היכולת להישאר שני אנשים שונים, עם ערכים לא זהים, בילויים שונים ותוכניות מעט שונות לעתיד.

"בתחילת כל קשר מרגישים בני הזוג אהבה גדולה, אך חשוב שבתוך האהבה ישמור כל אחד על מרחב אישי. מרחב זה מאפשר לכל אחד לשמור על "אני" בתוך "האנחנו". לפעמים, מרוב האהבה, אנחנו רוצים לשנות את בן הזוג. דווקא בגלל הקרבה אנחנו מנסים לתקן אותו. מחשבה זו נובעת מחוסר היכולת להכיל את השוני. מהר מאוד היא מתחילה לקנות לו את כל הבגדים (ולזרוק את הישנים), הוא ממליץ לה עם אילו חברות כדאי לה להיפגש (ועם אילו לא).

"מסופר על תלמידי רבי עקיבא שמתו במגיפה משום שלא נהגו כבוד זה בזה. הייתכן שתלמידיו של רבי עקיבא לא למדו ממנו 'ואהבת לרעך כמוך'? אלא שמרוב אהבתם איש את רעהו הם לא היו מסוגלים להכיל את השוני ולכבד זה את זה. דווקא אהבתם הביאה עליהם את קלקולם. כלומה, כדי לאהוב את השני יש לכבדו."

לא תהיה יועץ תזונה לבן זוגך

יונית (26) ועופר (28) נשואים שנתיים. עופר מרפא בשיטות טבעוניות וכבר בעת היכרותם סיפר ליונית על שיטת תזונה מיוחדת שהוא מקפיד עליה. יונית מאמינה אף היא בתזונה בריאה והשניים החליטו יחד על מזון

שולמית פליישמן
מנחת סדנאות לנשים במודעות עצמית יהודית
hakoltov123@gmail.com



אפשר לרוץ איתו,
לשחות איתו...



כסותא באזור מגוריך: ירושלים - 052-7688825, מודיעין - 052-2535577,
רעננה - 0542531957, פתח תקוה - 052-3010513, מעלה אדומים - 050-6323960,
גבעתיים - 052-3786662, ראשון לציון - 054-6801727, באר שבע - 050-4597959,
צפת - 054-4680688, להזמנות: 052-7707377 www.csuta.com

בחודש מאי בכסותא נותנים 15% הנחה בקניית בגדי ים שני csuta



עבריה

בסימן טוב ובמזל טוב

בחסות:
נשים



שמלות כלה/שושבינות, איפור ושיער, הפקת אירועים, מתנות, הזמנות
ובירכונים, צילום, תכשיטים, כיסויי ראש, בגדי מעצבות, מקווה ספא ועוד...

יום חמישי, י' סיון, 31.5 | 16:00-23:00
יום שישי, יא' סיון, 1.6 | 9:00-15:00

לפרטים והזמנת דוכנים: 050-9586466

גבעת שמואל, רח' גוש עציון 15 | כניסה: 15 ש" | לנשים בלבד!

Princess
פרינסס בגדי ים צנועים



הקול הכחול



עכשיו במבצע!



גם בכובעי הלב בכל רחבי הארץ...
אשדוד, בני ברק, נתניה, רחובות רעננה, פתח תקוה, קרית אתא

ירושלים: 050-305-6616
בית שמש: 052-704-5434
אפרת: 054-533-7830
פתח תקוה: 052-629-4598
רמת גן: 054-728-9589
נתניה: 052-894-5081
אילת: 057-396-0422

www.modestswimwear4u.com



האטליה שלך



אטליה הוא בית ספר לעיצוב ותקשורת חזותית בסגנון בית ספר בוטיק באווירה יצירתית וייחודית עם עבודות ממוחשבות בתוכנות המתקדמות ביותר ועבודות ידניות. בית ספר אטליה הוא לנשים בלבד, לבנות אולפנה ולבוגרות סמינר במגמת גרפיקה ועיצוב וכן לנשים ובנות אולפנה וסמינר שאין להן רקע בתחום.

חני פניק, מנהלת בית הספר אטליה, בוגרת לימודים גבוהים בניהול עסקים ובנושא העיצוב, למדה מגוון קורסים בעיצוב בכמה בתי ספר בארץ וכן השתלמויות בחו"ל בנושא העיצוב, המיתוג והקריאייטיב. בצעירותה עבדה במשרד פרסום ועבדה עם קמפיינים גדולים. כיום היא עובדת בעיצוב עם מגוון רחב של בעלי תחומים שונים.

"את השם לבית הספר הציע עופר ענו, אשר גם מלווה את כל נושא המיתוג והשיווק. הוא אסטרטג גדול בתחום ויהיה בין המרצים בבית הספר", מסבירה פניק. "אטליה היא מילה עברית שפירושה סטודיו, ובזמן קום המדינה לא היו משתמשים במילה סטודיו אלא היו אומרים אטליה. מקור השם הוא ATELIER בשפה הצרפתית, שפירושו כל מקום שבו האמן מייצר את אמנותו, הווה אומר סטודיו. יש אטליה לעיצוב, אטליה לבישול, לאיפור ולכל דבר".

"בסיום לימודיה תוכל כל אחת מהתלמידות לפתוח סטודיו ולעבוד מהבית או לעבוד במשרד פרסום, או בכל דבר שמצריך גרפיקאות מקצועיות. הבוגרות יהיו לא רק ביצועיסטיות אלא מעצבות גרפיות, ולכן תוכלנה לעצב כל דבר כמובן שכל תלמידה עוברת ריאיון ומבחן קבלה כדי לראות אם היא מתאימה לתחום, ועל מנת שלא תכלה את זמנה ואת ממונה בלימודים שאינם מתאימים לה".

מה לומדים באטליה?

"יש לנו שתי מגמות לעיצוב גרפי, אחת למתחילות שאין להן רקע בסיסי, לא של תוכנות ולא של עיצוב. המגמה השנייה היא למתקדמות, לבנות שלמדו גרפיקה. בין הנושאים הנלמדים: טיפוגרפיה, תורת הצבעים, הקווים והצורות, מיתוג, רעיונות וחשיבה מחוץ לקופסה, תוכנות אדובי מתקדמות - אילוסטרייטור, אינדיזיין ופוטושופ, הדמיות, עיצוב אריזות, מאש, צילום, הבאה לדפוס ועוד.

"כל אחד משני המסלולים הוא מסלול שנת, וכל קורס נלמד אחת לשבוע. בבית ספר ייחודי זה אנו שמים דגש על הכוונה וליווי הפרויקטים. כל תלמידה יוצאת עם תיק עבודות איכותי ברמה גבוהה, כך שכל מעסיק ירצה אותה. בצוות בית הספר נמנים מורים ומרצים בכירים במגוון קורסים רחב ומקיף, עם ספרייה עשירה ומקצועית ובאווירה נעימה, יצירתית ומאתגרת".

תקשורת ויחסי ציבור

"יש לנו עוד קורס ייחודי שאין בשום מקום", מוסיפה פניק. "כל מי שחלמה אי פעם להיות עיתונאית, זהו הקורס בשבילה. קורס יח"צ וכתיבה תקשורתית (עיתונאות) בהנחיית הסופרת והעיתונאית שרה פכטה בקורס זה לומדים את כל נושא התקשורת והיח"צ, איך להיות עיתונאית, הסודות מאחורי הקלעים של העיתונות, איך בכלל עובד תחום התקשורת, איך לערוך כתבות, מכתבת פרסום ועד כתבת תשקיף, יח"צ ועוד".

מבצע לקוראות 'בשבוע' הנרשמות לפני חג השבועות יקבלו הנחה של 10% משכר הלימוד ומתנה ייחודית ומפתיעה. מספר המקומות מוגבל, יש להזדרז ולהתקשר: 02-5004240. www.atelier-school.co.il

למבינות באומנות... הזמנה אישית ליום פתוח

לחובבת האומנות והיפי שמחפשת מקום עם איכות ואופי, אנו פותחות השערים לערב הכרות עם חומרים, אנשים וכלים מקצועיים מקום ללמוד -

קורסים איכותיים ומסלולי לימוד שנתיים.
ב'אשת חיל' תמצאי מקום רציני ומקצועי.



יום פתוח
ביום שלישי א' סיון תשע"ב (22.5.12)
בשעה 20.00 בערב

המכללה החרדית לאומנויות רח' חזו"א 89-87 בני ברק
טלפון: 03-6168364



בס"ד



Modest swimwear

בגד - ים צנוע

נח | מתייבש ברגע
בד איכותי מאיטליה | הגנה UV 50
עמיד בכלור | לכל פעילות בשמש

החל מ-180₪

ירושלים:

בית וגן - 054-5428026

קינג ג'ורג' - 077-2017211

בית שמש - 052-7112612

רעננה: 054-6781573

נתניה: 050-7158407

בני ברק: 054-9345463

www.oceanpearlshop.com





www.myra.co.il | 02-6523455 | 052-8786607 | מירה



צריכה נבונה

תשאלו כל אישה או נערה האם היא נהנית לערוך קניות ותקבלו תשובה זהה: מאוד | אבל היא מעדיפה לעשות זאת במקומות שנעים להסתובב בהם, עם מיזוג אוויר ותאורה נכונה, היכן שאפשר למצוא גם עיסוק לילדים ואווירה מהנה | בימינו קוראים לזה קניין



מוגבל מסיבה זו או אחרת. אנו לומדים אילו חנויות מתאימות יותר למגזר ומרכזים הנחות והטבות הפונות לקהל הדתי.
"בעשייה היומיומית מקפיד הקניין הגדול להעניק לבאים בשעריו חוויות בילוי וקנייה מושלמת", מסביר ניר ברקן. "השילוב בין תמהיל חנויות מגוון ועשיר הכולל בתוכו עשרות מותגים מובילים, לבין 'הגוזלים' - מתחם הפעלות לקטנטנים, בתי קפה ומסעדות מזון מהיר, חדר כושר מבית 'הולמס פלייס', מסלול קארטינג מקורה הגדול והמקצועי בארץ, הסטודיו למחול של הכוריאוגרפית אתי פולישוק ועוד, כל התמהיל הזה הופך את הקניין הגדול לאתר בילוי וקניות מושלם באזור גוש דן".

יש חניה פניה

עד היום החניה בקניין היתה ללא תשלום, מה שגרם למצוקת חניה מאוד גדולה בשנים האחרונות. זאת בשל ריבוי החונים שאינם נמנים על מבקרי הקניין אלא עובדים באזור וחיפשו חניה מקורה, נוחה, קרובה וללא תשלום. רכביהם היו חונים בחניית הקניין בכל שעות היום, מה שגרם למבקרי הקניין לעבור בכל קומות החניה ולהתיימש ממציאת מקום פנוי. עם היכנסו לתפקיד לקח ברקן לידי את הטיפול בבעיה, והשקיע כסף רב במערכת חדשנית המזהה את מספר הרכב בכניסה וביציאה על מנת לפתור את מצוקת החניה. כיום החניון מתופעל בבקרה טכנולוגית המאפשרת חניה במשך שעותיים ללא תשלום, ובמחיר של שני שקלים בכל רבע שעה שלאחר מכן. במקרים בהם הביקור בקניין דורש זמן ארוך יותר, כמו בחדר הכושר או במכללות, ניתנת הארכה לכרטיס המבטלת את הצורך בתשלום.

קניין לילדים

בקניין מתקיימים הצגות, מופעים וסדנאות לילדים ולכל המשפחה, וכן נערכים באופן קבוע תערוכות וירידים. פתיחת קומת המותגים, שהוקמה לפני כמעט כשנה, הביאה לגידול של עשרות אחוזים במבקרים בקניין. בעקבות פתיחת קומת המותגים גדל הפדיון הכולל של הקניין ב-26%, וקהל היעד של הקניין התרחב.
לדברי ברקן, "היצע המותגים הבינלאומיים והישראליים הנמצא היום תחת קורת גג אחת בקניין הכולל כ-200 חנויות, מתוכן 160 חנויות מותגים מתחום האופנה והלייף סטייל, גורם לקהל לזרום לקניין מכל מרכז גוש דן. קומת המותגים שחוגגת בקרוב שנה מאכלסת כיום מגוון עצום של מותגים בינלאומיים ומותגים ישראליים, כגון H&M, פול אנד בר, ברשקה, אמריקן איג'ל, Top shop, Mac, Payless, Celio, אדידס, אקסטוריו, ALDO, רונן חן, סיגל דקל ועוד".

הקניין מפיק מגוון אופנה שבמרכזו הפקות אופנה המשלבות תכנים, אירועים, השקות ופעילויות של המותגים בקניין. כמו כן המגזין כולל הצעות מיוחדות למתנות, חשיפת הקולקציות החדשות לקיץ 2012 ועוד.

ל"ג בעומר מאחורינו והכמיהה להתחדש בקולקציה חדשה בוערת בארנקנו. רגע לפני שאתם חונים בקניין, כדאי שתדעו כמה כללים שיהפכו אתכם לצרכנים נבונים. ניר ברקן, מנכ"ל הקניין הגדול בפתח תקווה, נותן כמה טיפים למבקרי שטחי השופינג. ראשית, הוא מציין, עדיף לחשוב עוד בבית מה בדיוק חסר לכם, מה באמת אתם צריכים ולא להשתכנע אך ורק על פי החשיפה בחנויות, מה שלפעמים גורם לכם להתחרט כשאתם בבית ולא ממש מבינים איפה אפשר להניח את האגרנט החדש שקנייתם.

ברקן ממליץ לעקוב אחר הפרסומים באינטרנט ובעיתונים ולשים לב למבצעים המתפרסמים ולנצל הזדמנויות שוות. "אצלנו בקניין מלבד המבצעים בחנויות, הקניין גם מחלק מתנות בהזדמנויות רכישה שונות. צריך לשים לב ולקפוץ על העגלה בזמן", הוא מוסיף. "בהגיעכם לקניין אל תמהרו, עשו סיבוב לצורך קריאת המפה הצרכנית, שימו לב לחלונות הראווה, ברוב המקרים המבצעים מופיעים על גבם. לפעמים המבצעים הללו נקודתיים ונכונים רק לאותו זמן כך שחבל שתפסידו את האפשרות לקנייה במחירי מבצע".

לפעמים מרוב אפשרויות אנחנו לא באמת יודעים היכן להתמקד או באיזו רשת נעדיף לקנות. "מועדון לקוחות", מציין ברקן, "זו בחירה נבונה לקנייה נכונה. המון חנויות מציעות להצטרף למועדון הלקוחות שלהם, מה שיאפשר לכם להיות מתוגמלים ולקבל ציפורים, לצבור הנחות ומבצעים מיוחדים שאין לצרכן שאינו חבר במועדון. זה תמיד משתלם בסופו של דבר". לסיכום, אומר ברקן, "רכזו את הקניות שלכם, בואו מוכנים וכך תצאו מרוצים".

הקניין הגדול, הידוע גם כקניין אבנת, הוא אחד הקניונים הגדולים בארץ. הקניין, אשר נפתח לקהל באוגוסט 1999, מציע למבקרים בו ריכוז של רשתות אופנה מובילות ומותגים ידועים בארץ ובעולם. הוא ממקם על ציר תנועה ראשי ברחוב ז'בוטינסקי בפתח תקווה, מול המרכז הרפואי ע"ש רבין. הקניין משרת את תושבי פתח תקווה והאזור: בני ברק, גבעת שמואל, בקעת אונו, רמת גן, גבעתיים, בני ברק, שוהם, מודיעין, הוד השרון, רמת השרון ועוד. בקניון ישנו תמהיל חנויות מגוון ועשיר הכולל בתוכו עשרות מותגים מובילים, במיוחד בתחום האופנה, יחד עם בתי קפה ומסעדות מזון מהיר, חדר כושר, מסלול קארטינג מקצועי ומתקדם ועוד.

בהתאמה אישית

בשנה האחרונה עבר הקניין מהפכה. אחוז המבקרים מהמגזר הדתי גדל, מה שגרם להנהלת הקניין לחשוב על טובתו של הצרכן הדתי. לצורך כך פנתה ההנהלה למשרדו של מאיר ואקנין העוסק בייעוץ אסטרטגי לפעילות בשוק הדתי-חרדי, ובעזרתו נעשים צעדים המובילים לטובת הלקוח הדתי ומביאים זאת לידישום מירבי. "כל בתי הקפה והמסעדות בקניון כשרים", מציין ברקן, "חשוב לנו שהציבור הדתי יוכל ליהנות ולא להיות

במקצוע הסיעוד נדרש תואר אקדמי כתנאי לכל תחום התמחות
(חדרי ניתוח, מיילדות, טיפול נמרץ, אונקולוגיה ועוד)

מכון טל מזמין אותך ללמוד תואר אקדמי BSN בסיעוד



כולל תעודת אחות מוסמכת

לראשונה! מסלול ייחודי!

4 ימים
בשבוע
שנות לימוד

100% הצלחה במבחני ההסמכה של משרד הבריאות,
לבוגרות המחזור הראשון, מקום ראשון בארץ!

הבטיחי את עתידך המקצועי והכלכלי תוך רכישת מקצוע
מאתגר בעל שליחות

יתרונות התוכנית:

- קורסים ייחודיים של המחלקה מקנים תוספת סמכויות ופוטנציות ערוצים לקידום ולרווח כלכלי.
- לימודים ברמה אוניברסיטאית • יחידות לימוד של אתיקה ורפואה בהלכה • מערך מלגות נרחב

אפשרות ללימודים במרכז

נמשכת ההרשמה למגמות
הבאות במכון לב-מכון טל

תואר ראשון

- הנדסת אלקטרו-אופטיקה
- הנדסת אלקטרוניקה
- הנדסת תעשייה וניהול
- הנדסת מערכות תקשורת
- הנדסת תוכנה
- מדעי המחשב
- מדעי המחשב-ביואינפורמטיקה
- חשבונאות ומערכות מידע
- ניהול ושיווק טכנולוגיה

תואר שני

- מינהל עסקים
- הנדסת מערכות מתוקשבות



חפשו אותנו
בפייסבוק!
www.jct.ac.il

מכון לב - מכון טל
1-700-50-32-32





לכבוד החג

הילה פלח | mafteachila@walla.com

1. מחלבת יטבתה משיקה לשבועות: שמנת לבישול 15%, שמנת חמוצה 9% ושמנת 9% בטעם וניל.
2. עליית מקבוצת שטראוס במהדורת קיץ מוגבלת: MUST, סדרת מסטיקים בטעמי קרטיבים.
3. רשת פוקס הום במבצע מיוחד: 30% הנחה על כל הפריטים בחנות, לחברי מועדון הלקוחות ולמצטרפים חדשים.
4. קולקציית טפטים שעיצב קארים ראשד ל-MARBURG הכוללת 54 חיפוי קיר שונים, להשיג בגולדשטיין גאלרי טפט.
5. PUPA משיקה: צללית אפיה בתנור במרקס סאטן. מחיר: 105 ש"ח (בחדש מאי 44.99 ש"ח).
6. SHISEIDO משיקה: קרם לחידוש ושקום העור מהסדרה המצליחה ביו פרפורמנס - ביטכנולוגיה מתקדמת. 93% משקה חלב לילדים בטעם פונץ' בננה. יטבתה. מחיר ל-1 ליטר: 11.59 ש"ח.
8. מסעדת הפיוז'ן הצרפתית גבריאל, הממוקמת בלב הבירה, מציעה תפריט גורמה עשיר: כשר למהדרין בד"ץ בית יוסף.
9. דנונה משיקה סדרת טעמי יוגורט לבן עם נגיעות של פרי: ליצי, מנדרינה ולימון. 2.85 ש"ח.
10. CRYSTALLIC - סדרת לקים המבוססת על נוסחת ייבוש מהיר של ג'ייד. 59.90 ש"ח.
11. אסם משיקה קרקר כפרי במהדורה מוגבלת. מחיר: 7.5-8.5 ש"ח.
12. בית DAVIDOFF משיק בושם לאישה במהדורת קיץ בניחוח פרחוני ופירותי: 100 מ"ל: 459 ש"ח.
13. 'פלאפון' בהטבה בלעדית של 50% הנחה ברכישת האלבום הכפול 'לרקוד עם שלומי דאסקאל' ברשת חנויות 'גל פז'.
14. Color Club's טכנולוגיית לק המגנט. להשיג במרכזי הטיפוח ובסניפי רשת 'נייל סטודיו'. מחיר: 65 ש"ח.
15. Café café מרום נווה הכשרה למהדרין מחדשת ומרעננת את תפריטה לקראת הקיץ.
16. יחיעם משיקה אריזות נקניקיות עוף עם התקן 'זיפר' לפתיחה וסגירה. כשרות: הרבנות הראשית מטה אשר 400 גר': 9.90-12.90 ש"ח.
17. טבע AHAVA- מציעה את סדרת clinal mineral, הנכשיר להתמודדות עם סבוריאה בעור הפנים ללא בישום וללא סטראואידים.
18. Racheliz מזמינה אותך להתרשם ממבחר שמלות מעוצבות פרי ידיה. ירושלים 5 בני ברק. 054-4566573.
19. תפריט קיץ חדש ב'לארא', מסעדה ירושלמית אינה וכשרה למהדרין. מדרחוב בן שטח 3, ירושלים. 02-5370701.
20. קולקציית אביב-קיץ 2012 ב'לורד קיטש' מתאפיינת בגזרות נקיות ומינימליסטיות.
21. סדרת תחליבים חדשה של נקה 7 - מגע הקטיפה, סדרת תחליבי רחצה בניחוחות מדהימים.
22. Müller 99, יוגורט קרמי עם קציפה מענגת מהטבע ב-99 קלוריות ו-1.5% שומן בלבד.
23. 'המרכז' למודעות והעצמה אישית' במלון ניר עציון, שלושה ימים של הנאה והתחזקות לגוף ולנפש. 04-9845555.
24. ניחוחות חדשים בסדרת כיף milk, תחליבי רחצה על בסיס חלב: חלב קוקוס ווניל, חלב ופירות יער וחלב ולבנדר. מחיר: 16.99 ש"ח.
25. חברת גפן שיווק משיקה את 'סוכרלייף' - הסוכר הבריא בעולם, בעל רכיב הפורלטיז. להשיג ברשתות בתי הטבע. מחיר: 29.90 ש"ח.
26. חדש בחוות דרך התבלינים, בית לחם הגלילית: סכין אבטיח במיוחד לקיץ הישראלי. מחיר: 139 ש"ח. 04-9533405.
27. בחג השבועות הקרוב, שטראוס מזמינה אתכם ליהנות מחגיגה של בריאות וממנון גבינות במאדים מיוחדים, בכשרות מהודרת ובמחיר מיוחד.
28. חברת אינטרסן משיקה מנטרלים ומפיצי ריחות Gell&smell בעלי ניחוחות חזקים: פרח גל לאסלה הנצמד לאסלה ללא מתלה וגל נתלה לאסלה.
29. "ביום ההוא" - אלבום הבכורה של הכוכב הנולד היהודי ישראל עמר בחנויות המוזיקה בישראל. הפצה: גרינטק.
30. Rexona, מבית יוניליוור, משיק סדרת דאודורנטים בעלי נוסחה ייחודית המפחיתה את הסימנים הלבנים הכוללת דאודורנט ספריי, רול ואון וסטיק.
31. סדרת תבניות צבעוניות לאפיה ולהגשה של 'פרפקט' ברשת נעמן. החל מ-26 ש"ח.
32. חדש מז'וניז קליה: גל מסיר כתמים הקוטל 99.9% מהחיידקים, להשיג גם באבקה. מחיר: 36.99-39.99 ש"ח.
33. שבועות ברשת נעמן: בקבוקי חלב מאוירים בנפח של ליטר אחד. מחיר: 14 ש"ח.
34. לשבועות מציעה רשת ששת סדרת כלים מקרמיקה במגוון גדלים. החל מ-49.99 ש"ח.
35. נעלי סכו עור מחיר: 429 ש"ח.
36. נעלי סכו עור מחיר: 449 ש"ח.
37. דפנה לוינסון HDL - שמלה פרחונית לבן שחור. מחיר: 299 ש"ח.
38. דאודורנטים בריאים של חלאבין. מחיר: 25 ש"ח.



20



26



23



15



4



28



32



36



35



37



18



14



6



10



17



5



31



34



33



29

13



3



1



9



7



22



27



25



2



11



16



19



12



21



30



24



38



תפריט חלבי

עוגת גבינה עשירה
עוגה עגולה בקוטר 21.

חומרים:
לתחתית

100 גרם חמאה בטמפרטורת חדר
150 גרם קמח (כוס אחת)
1 חלמון
50 גרם אבקת סוכר (חצי כוס)
50 גרם חמאה מומסת

למלית גבינה אפויה

160 גרם סוכר (3/4 כוס)
25 גרם קמח (2 כפות)
50 גרם שמנת חמוצה
1 חלמון
2 ביצים
500 גרם גבינה 9%
125 גרם שמנת מתוקה (חצי מיכל)
וניל

לקרם גבינת שמנת

125 גרם שמנת מתוקה (חצי מיכל)
50 גרם אבקת סוכר (חצי כוס)
5 גרם אינסטנט פודינג וניל (1 כף)
רבע מקל וניל
125 גרם גבינת שמנת 30%



באדיבות: חלדין

אופן ההכנה:

תחתית: במיקסר עם וו גיטרה מעבדים חמאה ואבקת סוכר לתערובת קרמית. מוסיפים חלמון ומעבדים לבלילה חלקה. מוסיפים את יתרת הקמח ומעבדים רק עד לקבלת בצק (עיבוד יתר פוגע במרקם). מאחדים בידיים ועוטפים בניילון נצמד. מצננים שעה-שעתיים עד שהבצק קר וקשה. מרדדים ואופים על נייר אפייה ב-180 מעלות כ-20 דקות עד שהבצק מזהיב. מקררים. טוחנים את הבצק לפירורים ומערבבים אותו עם החמאה המומסת. יוצקים בתבנית ומשטחים על התחתית.

מלית גבינה אפויה: מחממים תנור ל-150 מעלות. בקערה טורפים בעדינות (לא מקציפים!) גבינה, סוכר, שמנת חמוצה, וניל, חלמונים וביצים. מוסיפים קמח וטורפים לתערובת אחידה ללא גושים. מקציפים שמנת מתוקה לקצפת רכה ומקפלים לתערובת הגבינה. יוצקים על תחתית הפירורים ואופים כ-30 דקות עד שהעוגה יציבה בשוליים ועדיין רכה ורוטטת במרכז (היא לא אמורה להזהיב). מצננים.

לקרם גבינת השמנת: במיקסר מקציפים יחד שמנת מתוקה עם אבקת סוכר ופודינג וניל עד לקבלת קצפת יציבה. מקפלים פנימה את הגבינה וממשיכים להקציף עד שהקצפת יציבה ונוחה לזילוף. יוצקים על העוגה הקרה ומשטחים. מקררים.

סלט פסטה עם קישואים, בזיליקום ופטה

סלט פסטה קר וחגיגי של קישואים טעימים, בזיליקום ארומטי וגבינת פטה נימוחה. מתכון קל ומיוחד. אופציה מרעננת לשולחן חג השבועות

חומרים ל-4 מנות:

500 גרם פסטה קצרה
5 שיני שום כתושות
3 קישואים מוצקים חתוכים לפרוסות (אפשר להשתמש בזוקיני או בקישואים רגילים)
עלים מענף רוזמרין
150 גרם גבינת פטה חתוכה לקוביות
מלח
פלפל שחור
שמן זית
10 עלי בזיליקום טרי קצוצים

אופן ההכנה:



מאת: השף משה בר אל מפסטה דלה קזה

- מבשלים את הפסטה על פי ההוראות. מסננים היטב מהנוזלים, מערבבים עם 2 כפות שמן זית ומצננים היטב.
- מחממים במחבת 3 כפות שמן זית, מוסיפים את הקישואים יחד עם השום והרוזמרין ומטגנים עד להשחמה. מצננים היטב (ביחד עם השמן והמיצים בהם טוגנו).
- מערבבים את הפסטה עם הקישואים, השום והרוזמרין ושמן הזית. מוסיפים בזיליקום קצוץ, מתבלים במלח ופלפל.
- מוסיפים קוביות גבינת פטה מלמעלה ומגישים.

basic you

ברסיס שלך...

אופנת בייסיק לנשים

4 חולצות בסיס
מחצית!

100 ש"ח

שילוב ארוך או 3/4
במבחר צבעים.

חברת basic you עוסקת ביצור ומכירת אופנת בייסיק לנשים במגוון צבעים אופנתיים

חולצות שרוול קצר:

1 ב- 35 ₪

3 ב- 100 ₪

חולצות שרוול 3/4 או ארוך

1 ב- 40 ₪ | 3 ב- 110 ₪

חדש!

סניף חדש בתל אביב
למידות גדולות 46-54
רח' אלנבי 82
03-5449039

• חולצות • טוניקות • שמלות • חצאיות • שרוולונים • עליוניות ועוד...
• במבחר דגמים וצבעים • במידות 36-46

סניפים:

פתח תקוה חובבי ציון 37 בבניין הרבנות המקומית, טל' 03-6038460

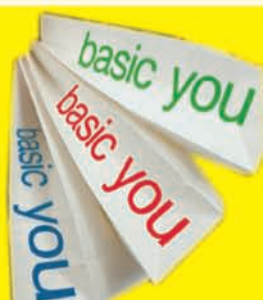
תל אביב, מדרחוב נחלת בינימין, רח' רמב"ם 26, טל': 03-5106178

חדש! בתל אביב למידות גדולות רח' אלנבי 82 03-5449039

בני ברק, רח' רבי עקיבא 1 פינת ז'בוטינסקי (מול מכון מור) טל': 03-5780430

ירושלים, רח' יפו 59, טל' 02-6251731

פקס: 03-6826016 | מייל basicyou@nana10.co.il



**קיש בצל וכרישה צרפתי**

חומרים:

לבצק:

280 גרם קמח

160 גרם חמאה

1 ביצה

1 כף מים

1 קורט מלח

תבנית עגולה בקוטר 21 ס"מ, וגובה 3 ס"מ

למילוי:

1 כרישה גדולה (החלק הלבן) חתוכה לטבעות בעובי 1 ס"מ

2 בצלים חצויים וחתוכים לפרוסות

עלי טימין מ-3 גבעולים

50 גרם קשקבל מחלב צאן

50 גרם חמאה

2 שיני שום כתושות

2 קורט מלח

1 קורט פלפל שחור גרוס

לרוטב רויאל:

23 גרם קמח

130 גרם חלב

200 גרם שמנת מתוקה 42%

1 כף קוטג'

2 ביצים

1 קורט פלפל שחור

1 קורט מלח

1 קורט אגוז מוסקט

50 גרם גבינת אמנטל (לפיזור מעל הקיש במהלך האפייה)



מאת: עידו רטמן, שף רשת 'רולדין'

אופן ההכנה:

בצק: מערבלים במיקסר את החמאה והמלח, מוסיפים בהדרגה ביצה, מים וקמח. מערבלים כ-4 דקות במהירות נמוכה ומעבירים למהירות בינונית ל-4 דקות נוספות. מכסים בניילון נצמד ומעבירים למקרר ל-4 שעות. מוציאים ומרדדים לעיגול בקוטר 27 ס"מ, מהדקים לבסיס התבנית ולצידיה. **המילוי:** מאדים מעל להבה בינונית את הבצל והכרישה בחמאה, עד לריכוך ושקיפות הבצל. מוסיפים את עלי הטימין והשום ומאדים כ-2 דקות נוספות. מטבילים במלח ופלפל ומצננים. מוסיפים את גבינת הקשקבל, מערבבים ומפזרים מעל הבצק. **רוטב רויאל:** מערבלים את כל החומרים למעט הקמח במיקסר במהירות איטית. מוסיפים בהדרגה את הקמח, עד לקבלת תערובת אחידה. שופכים מעל הקיש עד לקצה התבנית. **אפייה:** מכניסים לתנור שחומם מראש ל-150 מעלות, ל-20 דקות. מוציאים ומפזרים מעל 50 גרם גבינת אמנטל. מחזירים לתנור ל-30 דקות נוספות. מוציאים ומצננים מעט לפני הגשה. **קיש זה משתלב עם יין ירדן שרדונה צונן, בזכות טעמו המרוכז, ניחוחות הלימון והארומה הפירותית.**

סלט עלים ירוקים עם סרטי בצק וגבינת ברינזה

חומרים ל-10 מנות:

לרוטב

3 כפות חומץ בלסמי

1 כפית מיץ לימון טרי

2 שיני שום קלופות וקצוצות

1 כף חרדל

2 כפיות סוכר חום

1 כף דבש

½ כוס שמן זית

לסלט

1 חבילה (100 גרם) חמאה

½ כוס אגוזי לוז

½ כוס אגוזי קשיו

½ כוס אגוזי ברזיל

½ כפית מלח גס

½ חבילה (700 גרם) עלי בלינצ'ס, מופשרים על פי הוראות היצרן

1 חסה עגולה, פרוסה

1 חבילת מיקס 'עלי בייבי'

1 כוס עגבניות שרי, חתוכות לרבעים

200 גרם גבינת 'ברינזה צאן' 20% מסדרת 'פיראוס', מפוררת גס

אופן ההכנה:

מערבבים את כל מרכיבי הרוטב בצנצנת סגורה ושומרים בצד. מחממים את התנור לחום בינוני ומרפדים תבנית תנור בנייר אפייה. ממיסים כחצי מכמות החמאה. מניחים את האגוזים בתבנית, יוצקים מעליהם את החמאה המומסת, מפזרים את המלח ומערבבים קלות. אופים כ-10 דקות עד שהאגוזים מזחיבים. מצננים. חותכים את עלי הבלינצ'ס לרצועות ברוחב של כ-1 סנטימטר. מחממים את שארית החמאה במחבת רחבה ומטגנים את רצועות הבלינצ'ס על להבה נמוכה, תוך ערבוב, עד הזהבה. מניחים את החסה, עלי הבייבי והעגבניות בקערת הגשה. יוצקים את הרוטב ומערבבים בעדינות. מוסיפים את סרטי הבלינצ'ס המטוגנים, מפזרים את הגבינה המפוררת והאגוזים ומגישים.



מחכון בלערי מחברת המתכונים של חנבה

עד הזהבה. תוך ערבוב, עד הזהבה. תוך ערבוב, עד הזהבה.

מניחים את החסה, עלי הבייבי והעגבניות בקערת הגשה. יוצקים את הרוטב ומערבבים בעדינות. מוסיפים את סרטי הבלינצ'ס המטוגנים, מפזרים את הגבינה המפוררת והאגוזים ומגישים.

הדרך לתואר מתחילה באמונה



המכינה להשלמת בגרויות
לבנות בפיקוח משרד החינוך

חדש וייחודי לזכאיות!
מלגות ללימודים אקדמיים
לבוגרות המכינה החל מתשע"ב

- **מעוניינת**
- **ללמוד**
- **מקצוע**
- **מבוקש**
- **וחסר לך ממוצע**
- **הציונים הנדרש?**
- **מסלול ישיר ומקוצר לתואר**
- **מסלול להשלמת בגרויות**
- **מסלול ערב**
- **מסלול ללקויות למידה**
- **מעונות**
- **תינוקייה**
- **קורס פסיכומטרי בעלות מסובסדת**

אנגלית 3-4-5 יחידות, מתמטיקה 3-4 יחידות, מבחר מגמות ברמה מוגברת

יום פתוח ■ יום ב' כ"ט אייר 21/5 בשעה 16:00
■ יום ה' י"ז סיוון 7/6 בשעה 16:00

חפשו אותנו:
מכינה קד"א מכללת אמונה
WWW.EMUNA.AC.IL



רח' דרך בית לחם 104, ירושלים

02-6731465

**רביולי ארבע גבינות בעגבניות ובזיליקום****חומרים ל-4 מנות:**450 גרם דפי פסטה
ביצה**למילוי**100 גרם ריקוטה
50 גרם פרמזן מגורר
50 גרם גבינת עיזים
50 גרם גאודה
מלח
פלפל
אגוז מוסקט**לרוטב**חצי סלסילת עגבניות שרי נקיות וחצויות לחצי
8 עלי בזיליקום קצוצים
רבע כפית סוכר
מלח ופלפל
4 כפות שמן זית

מאת: השף משה בראל מ'פסטה דלה קזה'

אופן ההכנה:

מכינים בצק פסטה: מערבבים 1 ק"ג קמח דורום סימולניה ו-10 ביצים עד לקבלת בצק חלק. מרדדים במכונת פסטה עד לקבלת דפי בעובי הרצוי. מערבבים בקערה את כל חומרי המילוי.

מכינים את הרביולי: מרפדים תבנית בנייר אפייה. מפזרים מעט קמח על משטח עבודה ופורשים עליו את עלי הבצק. בעזרת סכין, כוס או חותכן פסטה גלי קורצים מהעלים ריבועים, משולשים או עיגולים אחידים. מניחים במרכז מחצית מצורת הבצק כפית וחצי מתערובת המילוי. בעזרת מברשת מטבח מושחים את שולי הבצק בביצה ומניחים מעליו חתיכת בצק נוספת. מהדקים היטב לאורך השוליים. מסדרים את הרביולי על תבנית מקומחת.

מכינים רוטב: מחממים במחבת שמן זית, מוסיפים את עגבניות השרי, הבזיליקום והסוכר. מקפיצים את העגבניות במשך כ-4 דקות עד שהן מגירות מיצים אך עדיין שומרות על צורתן. מוסיפים מלח ופלפל שחור.

מבשלים את הרביולי: מרתיחים מים בסיר גדול עד לבעבוע פראי. מוסיפים כפית מלח. מבשלים את הרביולי במשך כ-5 דקות, מסננים ומבשלים דקה נוספת יחד עם הרוטב. מפזרים מלמעלה פרמזן מגורר ומגישים.

עוגת גבינה אפויה קלאסית

חומרים:

בסיס העוגה (בצק פריך):100 גרם סוכר (1/2 כוס)
200 גרם חמאה
300 גרם קמח (2 כוסות)
1 ביצה

1 טיפה תמצית וניל

1/2 כפית גרידת קליפת תפוז

תבנית עגולה בקוטר 24 משומנת בספריי שמן

העוגה (תערובת הגבינה):

135 גרם סוכר (2/3 כוס)

40 גרם קמח תפ"א (1/3 כוס)

400 גרם גבינה לבנה 9%

300 גרם שמנת חמוצה

2 ביצים

2 טיפות תמצית וניל

ציפוי:

300 גרם שמנת חמוצה

30 גרם אבקת סוכר



באדיבות: חלדון

אופן ההכנה:

מערבלים במערבל עם ו' גיטרה את החמאה והסוכר בעוצמה בינונית. מוסיפים את הביצה ותמצית הווניל מוסיפים בהדרגה את הקמח, עד לקבלת בצק. מרדדים את הבצק ומכניסים לתבנית. אופים כ-15 דקות בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות, מוציאים ומצננים. מקציפים את הביצים והסוכר עד לקבלת קרם אוורירי. מאטים את המהירות ומנפים פנימה קמח תפוחי אדמה. חוזרים לעוצמה בינונית, מוסיפים את הגבינה, השמנת החמוצה ותמצית הווניל ומערבלים עד לקבלת תערובת אחידה. יוצקים מעל הבצק הפריך שזונן. אופים 20 דקות בתנור שחומם מראש ל-200 מעלות, מנמיכים ל-170 מעלות, אופים 20 דקות נוספות, מוציאים ומצננים. טורפים את השמנת החמוצה ואבקת הסוכר עד לקבלת תערובת אחידה, ומורחים מעל העוגה. מצננים כשעה בטמפרטורת החדר, מעבירים למקרר לשעה נוספת ומגישים.

בוגרת לניאדו

אריאלה כהן ארזי, אחות אחראית חדר לידה



4 ימי לימוד | מסלול של שנתיים בלבד

אצלנו תרכשי את מירב הכלים המקצועיים והרפואיים באווירה התואמת את אורח חייך, מתוך מתן התחשבות מלאה בצרכיך האישיים והמשפחתיים. עמידה בהצלחה במבחן הממשלתי מקנה לבוגרת תעודת אחות מוסמכת מטעם משרד הבריאות.

התנסות קלינית בבית חולים באווירה דתית-חרדית ▼ רמת לימודים גבוהה ומקצועית ▼ שיעורי השקפה, הלכה ורפואה ע"י טובי הרבנים ▼ בפיקוח מנהל רוחני ▼ פנימיה באווירה משפחתית ויחס אישי בהדרכת אם בית ▼ עבודה מובטחת בלניאדו למתאימות ▼ הבוגרות מבוקשות במרכזים רפואיים גדולים.

100% השמה! מלגה מובטחת לזכאיות

בבית הספר לאחיות
בלניאדו תוכלי להגשים
חלום ולהפוך לאחות
מוסמכת תוך שנתיים ואת
התואר הראשון להשלים
תוך כדי עבודה בתחום.

תנאי קבלה: • תעודת בגרות (מעל גיל 30 פטור) • סף פסיכומטרי כנדרש • ראיון קבלה

לניאדו
בית ספר לסייעוד ע"ש טסלר

לפרטים נוספים והרשמה: **09-860-92-64**
רח' דברי חיים 16 קרית צאנז, נתניה | www.laniado.org.il