



# זמן רוטרי

## ירחון מועדון רוטרי כפר סבא

יוני 2022



SERVE TO CHANGE LIVES

עריכה: חיה ויעקב  
קנטרוביץ

# דבר העורכים



**חברות וחברים יקרים!**

**החודש התקיים אירוע חילופי הנשיאים.**

**לנשיא היוצא, מיכאל שלו, אנו מודים על שנת נשיאות  
אותה ניהל בשלווה וברוגע.**

**לנשיא הנכנס, יחיאל שטרית, אנו מאחלים הצלחה  
ועמידה בכל היעדים שהציב.**

**לחברי המועדון אנו מאחלים שנת פעילות פורייה  
ובריאות טובה לכולם.**

**חיה ויעקב  
קנטרוביץ**



# ברכות רעות



חברתנו, עדנה, הממונה השנה על ברכות רעות  
במועדון, ציינה את החברים ובירכה אותם:

מזל טוב לחולאי יום  
ההולדת החודש



שאול צייג  
1.6.33



איטה  
רוקנשטיין  
1.6.51



שמריהו  
כפיר  
6.6.47



אסתר האס  
28.6.45

# מזל טוב לחובבים יום נישואים!



נילי ואילן סלרמן  
5.6.1978



אבי ואיטה  
רוקנשטיין  
20.6.1972



אתי וצביקה  
פרל  
15.6.1976



טובה ויחיאל  
שטרית  
30.6.1977

# ברכות לקבלה כחבר למועדון



גונן שלמה  
24.6.1984



סער רפי - ראש העיר  
(חבר כבוד)  
20.6.2019



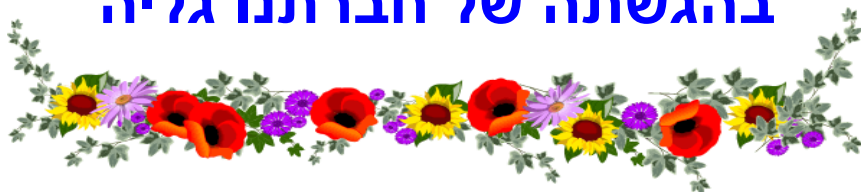
מזור גבי  
24.6.1990





# פסוק השבוע

## בהגשתה של חברתנו גליה



Rotary  
District 2490



SERVE TO CHANGE LIVES  
עשייה משנה חיים  
نخدم لحياة افضل

### פסוק השבוע



כ' בסיון תשפ"ב 19/06/2022



חברים יקרים,

השבוע לפני 50 שנים, הורה "בי-ג'יי"

על הקמת הוועדה לאנרגיה אטומית.

היה זה איש אחד עם חלום,

ששאף שעמו לא יהיה יתום

ולא יותקף כך לפתע פתאום.

לכן החליט הפּרצות לסתום,

ולנו אנרגיה אדירה לרתום.

על כל מדען כאן לחץ עד תום

להבטיח את עוצמת הקרדום.

ומני-אז מרנגים בעולם כל יום

האם יש או אין לנו אטום!



הוועדה לאנרגיה אטומית  
Israel Atomic Energy Commission





# פסוק סיכום

כ"ז בסיוון תשפ"ב 26/06/2022



לנשיאנו היוצא,

## למיכאל שלו -

האחד והיחיד, הוא בעל המידות  
אני רוצה בשם פולם לך להודות  
על גיהול שנת נשיאות מהאגדות  
עם סיום הקורונה וחסרה ל"עמדות"  
ולמרות אירועים של עליות ומורדות  
ידעת תמיד לקבל החלטות נכבדות  
ברוגע ותבונה, במילים מדודות,  
הפשרת מראש מחלוקות עתידות.  
יוצגנו בכבוד בכל המוסדות,  
בנוכחות יפה בקנסיס וועדות.  
בטיולים הלכנו בברפיים רועדות,  
ובצוותא חרשנו ברגליים צועדות  
אך שמחנו להיות ניידיים וניידות  
בין קיבוצים, רחפנים, הרים ושדות.  
ומפאן כולנו שולחים,

**מקרב ליבנו - רק תודות !**

ופמובן, נאחל במעמד זה, לנשיא הנכנס, יחיאל שטרית,  
הצלחה רבה במפקיד. **הצלחתך היא הצלחתנו !**



# פעילות אפיק המועדון החודש



❖ 12.6.22 – ישיבה עסקית

❖ 19.6.22 – הרצאה.

הרצה לנו אחמד שריף  
נושא ההרצאה: האחמדים בארץ ובעולם.

❖ 26.6.22 – טקס חילופי נשיאים (ראה הרחבה).





# טקס חילופי הנשיאים



## ערב חילופי נשיאים בבית "אדוויס" בכפר סבא

רשם חברנו נ"ל גבי מזור וצילם חברנו אריה שטריימר

בבית "אדוויס" בכפר סבא, נפגשנו באווירה חגיגית עם כיבוד עשיר לטקס השנתי. הערב נפתח במינגלינג וכיבוד בפואייה של מרכז האירועים בבית.

לאחר דברי הפתיחה של המנחה החינני, יוסי בן עמי, נערך טקס רוטריוני מקובל, עם פסוק השבוע (גליה ואיציק), ברכות רעות (עדנה), ברכה בינלאומית (צילה עבור חנן), מידע רוטרי (אייבי) ובדיחת השבוע (אלי) והוזמן הנגיד הבא, דני גלבוע לברך.

בדברי ברכתו התייחס הנגיד לחילופי צוות הניהול המועדוני אחת לשנה. הנגידים מתפקדים כצוות כדי לשמור על רציפות הפעילות. הנגיד רואה במועדון את מרכז הפעילות הרוטריונית ושמירה על הרעות.

אחריו נקרא לברך יו"ר מועצת ארגוני המתנדבים מר מאיר אהרוני והוא ציין את מרכזיותו של המועדון בעיר. הודה למיכאל ואחל לחיליק הצלחה.

בדברי הסיכום ציין הנשיא היוצא את הפעילות הקהילתית הרבה שהייתה השנה. גבי העניק למיכאל תעודת "גלגל הזהב" ועולי ברך את מיכאל על שנת נשיאות מוצלחת.

שולחן הנשיאות התחלף ממיכאל ועמי לחיליק וצילה.

צוות מ"גלריה 29" הנעים את זמנינו ב 2 שירים.

ראש העיר , מר רפי סער ורעייתו , ביחד עם סגן  
ראש העיר , דני הרוש , כיבדו אותנו בנוכחותם.  
בדברי ברכתו ציין ראש העיר את מרכזיותו של  
המועדון בעיר והוא מודה למועדון על עשייתו  
הרבה.

הנשיא הנכנס , חיליק שטרית הציג את הנהלת  
המועדון וציין את תוכניתו לחיזוק המועדון,  
והגדלת הפעילות הקהילתית.

בסיום האירוע הוענק זר פרחים לזיוה ואלי נחום ,  
בעלי "אדוויס" אצלם התארחנו לאירוע החשוב  
הזה .

הנשיא הנכנס קיבל את "תעודת המשמרת "

הטקס הסתיים כמקובל בשירת התקווה.











# דבר ראש העיר מר רפי סער



## בטקס חילופי הנשיאים



דני הרוש, מ"מ וסגן ראש העיר ומחזיק תיק הרווחה, מיכאל שלו, נשיא רוטרי היוצא, יחיאל שטרית, נשיא רוטרי הנכנס, דני גלבוע, נגיד רוטרי ישראל, מאיר אהרוני, יו"ר ארגוני המתנדבים, יוסי בן עמי, מנחה הערב וחבר ברוטרי, אלי נחום, מנכ"ל "אדוויס אלקטרוניקה", חברות וחברי רוטרי היקרות והיקרים.

אני שמח להיות כאן ונרגש לקחת חלק באירוע חילופי הנשיאות ממיכאל שלו, הנשיא היוצא ליחיאל שטרית, הנשיא הנכנס.

אני מברך על הפעילות הענפה של מועדון רוטרי כפר סבא, על חלקכם ותרומתכם הרבה והחשובה לעיר על יד עזרה הדדית, תמיכה וסיוע לתושבות ותושבי העיר במהלך כל השנה. קידום ערכים חברתיים, תרומות, פרויקטים חינוכיים, פרויקטים חברתיים ועוד.

בזכות שיתוף הפעולה ההדוק והפורה של העירייה עם מתנדבות ומתנדבי העיר, הצלחנו להגיע לכל אחת ואחד מתושבי העיר שהיה זקוק לנו בימים של חוסר ודאות. ארגון רוטרי כפר סבא מהווה חלק חשוב ובלתי נפרד מענף ההתנדבות המבורך והחשוב.

העיר כפר סבא זכתה וזוכה מפעילותו העניפה של מועדון רוטרי לאורך כל השנה. פרויקטים רבים מתקיימים על ידי ארגון רוטרי והם מעשירים את תושבי העיר.



כבכל שנה, קיימתם המון פרויקטים חשובים שתורמים רבות לקהילה בעיר - בקידום מוסיקה, חינוך, חינוך מיוחד, עזרה לקהילות, עזרה במזון, סיוע לנזקקים, פיתוח והכשרות של ילדים וילדות ודאגה לרווחתם של גמלאים ועוד.

אתם הנחתם את אבני דרך ההתנדבות בעיר, שדוגלים במסר החברתי, הערכי. תרמתם והנכם ממשיכים לתרום רבות לחוסן החברתי בעיר שלנו.

תודה לחברי מועדון הרוטרי, על כל מה שאתם עושים כל השנה. המפגשים אתכם ממלאים אותי תמיד תחושות של גאווה, סיפוק ואמון ביכולתם של אנשים להשפיע על סביבתם באמצעות נתינה לזולת.

האנרגיה החיובית שלכם סוחפת את כולנו ומרחיבה את מעגלי התמיכה. אנחנו נעשה ככל יכולתנו לתמוך בכם לעשות את מה שאתם עושים בהצלחה כה רבה למען איכות חיי כולנו בעיר.

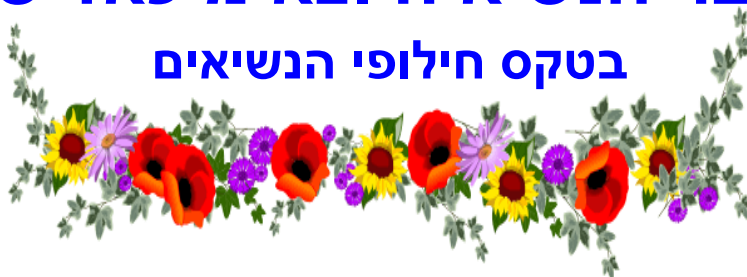
אני מודה למיכאל שלו על שנת כהונתו, 2021 - 2022, ועל פעילותו רבת השנים ומאחל ליחיאל היקר, בהצלחה והמשך עשייה ברוכה.





# דבר הנשיא היוצא מיכאל שלו

## בטקס חילופי הנשיאים



כבוד ראש העיר מר רפי סער ורעייתו מיטל

סגן ראש העיר מר דני הרוש

כבוד הנגיד מר דני גלבוע ובת זוגו

כבוד יו"ר ארגוני המתנדבים מר מאיר אהרוני ורעייתו שרה

ידידתי עוזרת הנגיד פנינה כרמון ובעלה מאיר

אורחים נכבדים

חברים חברי המועדון

כניסתי לתפקיד כנשיא המועדון באה בשלהי תקופה מורכבת של מגפת הקורונה ואי שקט במועדון.

ואכן המשימה הראשונה שלקחתי על עצמי הייתה להרגיע את הרוחות ולהחזיר את ספינת המועדון לשוט בים שקט ורגוע.

כמו בתפקידי ניהול בתקופת עבודתי, גם כאן במועדון נקטתי בשיטת ניהול מבוזרת, חופש פעולה לראשי האפיקים עם פיקוח, ההצלחה הייתה רבה. למרות מגבלות הקורונה בתחילת הדרך, ברגע שהתאפשר העשייה במועדון ובקהילה קיבלה תנופה מרבית.

כל אפיק פעל במרץ וללא לאות.

התקציב שעמד לרשותנו היה מצומצם לכן החלטנו לעצור ולרענן את הפרויקטים ולאשר רק את הפרויקטים שיש להם ערך מוסף למועדון וההוצאה הכספית תהיה בגבולות התקציב שעמד לרשותנו.

כאן אני רוצה להודות לנשיאה לשעבר חני שחילקה את התקציב שהיה ברשותה בין שנת הפעילות שלה לשלי.

זה המקום להודות לכל חברי ההנהלה וראשי אפיקים שנשאו בעול:

ראשית אני רוצה להודות למזכיר המועדון עמי הרפה שעמד לצדי לאורך כל הדרך. עמי אני מאחל לך הצלחה בהמשך.

באפיק הקהילה - יובל השכל שהוביל פרויקטים חדשים וחדשניים, יובל קידם והעצים את שם המועדון ושיתף בפעילות אגפי עירייה שונים.

שיתופי הפעולה, ולא רק עם אגפי העירייה, מגבירים את החשיפה לציבור גדול יותר. המיזמים עליהם עבדנו היו ברוח רוטרי העולמי לדוגמה התמקדות בהגנת הסביבה כמו הטכנולוגרין.

יחיאל שטרית יו"ר אפיק המועדון שדאג שלא נשתעמם עשה רבות ללכידות החברתית.

חנן האס יו"ר אפיק הבינלאומי שפעל בנחרצות לקדם את הפרויקטים של האפיק.

דורית שטריימר - יו"ר אפיק המקצוע שקבלה על עצמה בחששות לא מבוטלים את התפקיד וצלחה את המשימה הרבה הודות ובעזרתו של יובל השכלאיתן האריס ששמר בקפדנות על קופת המועדון. וכמובן לחני שדאגה שנשכיל מההרצאות ששמענו במועדון.

תודה מיוחדת מגיעה לחיה ויעקב קנטרוביץ על העבודה האיכותית  
בהכנת והוצאת ירחון המועדון "זר". כל הכבוד!!

את סיכום הפעילות שהייתה רבה ראיתם במצגת שנשלחה אליכם  
והוצגה במועדון.

היעד הראשון במעלה של רוטרי הוא להגדיל את מספר החברים תוך  
הורדת הגיל הממוצע כדי להכין "דור המשך". אנחנו בחזקת דלת  
מסתובבת. קיבלנו השנה מספר חברים, אך חלק מהחברים עזבו את  
המועדון.

זהו הדבר שמצער אותי כי לא הצלחתי למנוע את פרישתם מהמועדון.

אם לסכם את שנת הנשיאות שלי, הסיכום שלי הוא לראות את מבע  
פניכם השמחות ואת הניצוץ שבעיניים. זה הסיכום שלי.

תודה לכולכם על שיתוף הפעולה והצלחה מכל הלב ליחיאל נשיאנו  
הבא וצוותו. תודה לכולכם.



# תודה לנשיאנו היוצא מיכאל שלו ולכל חברי ההנהלה





# דבר הנשיא הנכנס נ"ל יחיאל שטרית

בטקס חילופי הנשיאים



ערב טוב

ראש העיר מר רפי סער

סגן ראש העיר מר דני הרוש

נגיד האזור מר דני גלבוש

מכובדי כולם

חברותי וחברי למועדון רוטרי כפר סבא ובני זוגם

משפחתי היקרה.

ראשית תודה על בחירתכם בי כנשיא המועדון פעם שנייה.

הקדנציה הקודמת שלי הייתה בשנת 99/2000.

בשנת הרוטרי הקרובה נמשיך לשמר את הפרויקטים המסורתיים של המועדון.

נמשיך להדק את הקשר והרעות במועדון כי הם הבסיס להצלחת המועדון בכל המשימות אותם אנו מתכננים לבצע.

נפעיל את כל האפיקים ונכונה לנו שנה של פעילות מבורכת ובעזרת כולכם תהיה זו שנה מוצלחת.

אני רוצה להציג את הנהלת המועדון לשנת 22/23:

צילה רשטיק מזכירת כבוד

גבי מזור יועץ לנשיא ונשיא נבחר 23/24

ד"ר חני ברקת יו"ר אפיק הקהילה

יוסי בן עמי יו"ר אפיק המועדון

חנן הס יו"ר אפיק הבינלאומי

איציק ארבל יו"ר אפיק המקצוע

אריה שטריימר יו"ר אפיק נוער וצעירים

איתן הריס גזבר

מיכאל שלו נשיא יוצא

לכל חברה וחבר במועדון יהיה תפקיד אחד או יותר

יחד כקבוצה נצליח למלא את כל המשימות המתוכננות לשנת הרוטרי.

בין היתר ברצוננו השנה להגדיל את השפעתנו כמועדון וכחברים.

להרחיב את טווח השפעתנו.

להגדיל את היקף השתתפותנו במיזמי רוטרי.

אני רוצה להודות לשותפתי לחיים טובה ולמשפחתי על התמיכה בי ועל

הסיוע למילוי המשימה שלקחתי על עצמי בהצלחה.

אסיים בסיסמת הנשיאה העולמית של רוטרי השנה:

"דמיינו עולם טוב יותר"

ערב טוב .



# איחולי הצלחה לנשיאנו הנכנס נ"ל יחיאל שטרית ולכל חברי ההנהלה



# דבר נציג החברים נ"ל עולי רשטיק

## בטקס חילופי הנשיאים



מיכאל נשיאנו היקר

עברה לה שנה ואתה מסיים את הקדנציה כנשיא מועדון רוטרי כפר סבא.

ברצוני לומר שהייתה לך שנה לא קלה עם מהמורות רבות, בעיקר בתחילת הדרך בקטע של היחסים בין החברים.

ואתה עם השלווה והרצון להצליח עמדת בכולן בצורה הכי מכובדת, ופה המקום להוסיף שגם אנחנו - חברי המועדון גילינו בך את המנהיגות הרגועה והטובה שלך.

הצלחת לנסוך על כולנו שלוה ורוגע ומועדוננו תפקד בצורה מכובדת למרות שהיו לך כמה רגעים לא קלים, וזאת אני יכול לומר בהמשך לשיחותינו האישיות הרבות.

נסענו לטיול מדהים ביוון ולטיולים וסופי שבוע בארץ, צברנו חוויות משותפות עם רעות טובה, דבר שאפשר לנו לפעול היטב בקהילה - וכל זאת בזכותך.

אז רצינו לומר לך תודה, ונזכיר את לאה רעייתך שעמדה לצידך ותמכה בך לאורך כל הדרך.

הרבה בריאות והמשך עשייה פורייה.



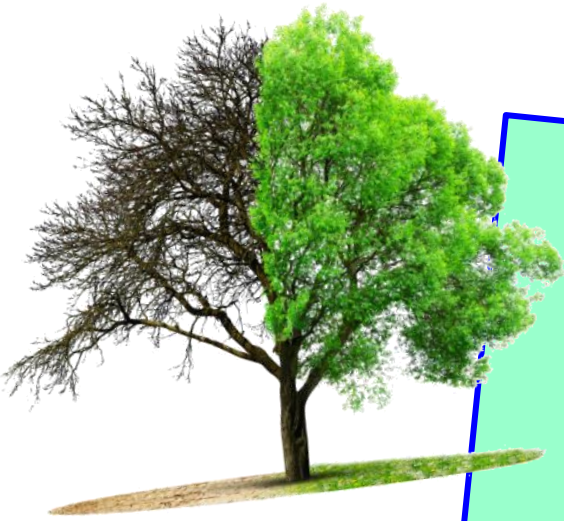


# סוף זה תמיד התחלה



## לכבוד חילופי הנשיאים

מילים: לאה נאור  
לחן: יורם צדוק



סוף זה תמיד התחלה של משהו אחר.  
- טוב יותר?  
- רע יותר?  
- לא יודעת מה יותר.  
משהו אחר.

כשהדרך נגמרת מתחיל איזה שביל,  
כשהלילה נגמר אז הבקר מתחיל,  
כשנגמרת שעה, עוד שעה מגיעה,  
רק בסוף הידיעה מתחילה השגיאה.  
סוף זה תמיד התחלה של משהו אחר.  
יש תמיד יום מחר לכל יום שעובר,  
כל חלום משמש מחליפים באחר.  
כשנגמרת שנה, עוד שנה מתחילה,  
כל תשובה מתחילה רק בסוף שאלה.  
כי סוף זה תמיד התחלה של משהו אחר.  
כשהסרט נגמר החיים מתחילים,  
הצלילים מתחילים כשאין כבר מלים.  
כשנגמר את הצליל אז נתחיל צליל אחר.  
כשנגמר את השיר אז נתחיל לדבר.  
סוף זה תמיד התחלה של משהו אחר.  
- טוב יותר? רע יותר?  
- לא יודעת מה יותר.  
משהו אחר.



# מידע רוטרי

## פינתו של חברנו נ"ל אייבי ברכה



מידע רוטרי במספרים הוקרא בפני חברי המועדון  
ב-26.6.22



### רוטרי במספרים נכון ל 25/6/22

סה"כ 1,205,362 רוטריונים ברחבי העולם ב 37,186 מועדונים.

המדינה עם הכי הרבה רוטריונים היא :

ארצות הברית – 283,774 רוטריונים ב 7,410 מועדונים – 34% נשים

מקום 2 הודו עם 176,560 רוטריונים ב 4,525 מועדונים, 15% נשים.

מקום 3 יפן 84,600 רוטריונים ב 2,225 מועדונים, רק 7% נשים

מקום 4 קוריאה הדרומית 67,949 רוטריונים ב 1,706 מועדונים, 23% נשים

מקום 5 גרמניה 57,573 רוטריונים ב 1,124 מועדונים – 14% נשים.

מקום 6 ברזיל 50,185 רוטריונים ב 2,376 מועדונים. 30% נשים

בישראל 1,447 רוטריונים ב 65 מועדונים. 35% נשים.

# אירועים היסטוריים שהתרחשו בחודש יוני



ב- 7.6.1967 – איחוד ירושלים במלחמת ששת הימים.



ב- 12.6.1944 – מלחמת העולם השנייה – גרמניה הנאצית משגרת לראשונה טיל שיוט מדגם V-1 לעבר בריטניה



ב- 16.6.1946 – "ליל הגשרים" – אנשי הפלמ"ח מפוצצים עשרה גשרים ברחבי ארץ ישראל; ניסיון פיצוץ גשר א-זיב נכשל



ב- 25.6.2006 – נחטף החייל הישראלי גלעד שליט



ב- 22.6.1948 – הופגזה הספינה "אלטלנה" בחוף תל-אביב



ב- 29.6.1900 – נולד הסופר והטייס הצרפתי אנטואן דה סנט-אקזופרי, מחברו של הספר "הנסיך הקטן"



# ניוזלטר לקידום בנות לבחירה במגמות מדעיות טכנולוגיות בעיר כפר סבא



גיליון 15 | יוני 2022

רעיון

ניוזלטר לקידום נערות לבחירה במגמות מדעיות טכנולוגיות בעיר כפר סבא



"רעיון בינוני שמייצר התלהבות ילך רחוק יותר מרעיון גדול שלא מלהיב אף-אחד."

מארי קיי אש





## נילי טלרמן

מרצה (בדימוס) בבית ספר לחינוך, אוניברסיטת בר אילן. מפתחת תוכניות לימודים וליווי מערכות חינוכיות, פיתוח מנהיגות נשים ומאמנת אישית

"אנו חיים בתקופה מאתגרת מאד, תקופה בה הכל מואץ, מתחלף, משתנה ורעיון טוב של היום איננו בהכרח רעיון טוב של המחרת, ואיך בכלל אנו יכולים לדעת אם רעיון הוא טוב או רע אם לא נתנסה בו ונלמד דרכו?"

## " מקסימום נצליח!"

כשהייתי צעירה מאד וסקרנית מאד, כל פעם שהיה חולף במוחי רעיון שחשבתי שהוא רעיון משנה עולם, נהגתי לשתף בו את הורי, אבל תמיד הייתי מוסיפה את המשפט: "אבל אני חוששת שהוא לא יצליח, ואם הוא רעיון שטותי? ואם אכשל?" "אבי היה מתבונן בי בעיניים טובות, מניח ידיו על ראשי ואומר: "אל תדאגי, מקסימום תצליחי".

שנים לקח לי להבין את המשפט החכם שאבי אמר לי, להפנימו ולאמצו אל ליבי. תגידו לי, לכם לא קרה שעבר במוח שלכם רעיון שחשבתם שיש בו משהוא נפלא? רעיון קטן כזה שמגרד קצת ונתקע במחשבה ולפתע הופך ליישות עצמאית שאי אפשר לעצרו? רעיון שהתוצאה של יישומו תשנה את העולם? קרה לכם שהיה בכם דחף ליצור ולבטא את הרעיון שלכם אך כנגשתם ליישמו קפאתם? זוכרים את הקולות הפנימיים המזכירים שסיפרו לכם כמה גרוע הוא הולך להיות?

כמה אבסורדי הוא?

ואיך בכלל חשבתם שהוא יצליח?

כמה מכם ראו את ההזדמנות שברעיון?

כמה מכם ראו שלעיתים צריך פשוט לזנק ולבנות את הכנפיים שלכם בדרך למטה כמו שנהג קובי יאמדה הרעיונאי לומר. אם נבחן מעט יותר לעומק את נושא הרעיון הרי נוכל לומר שהדברים הכי יפים בעולם התחילו מרעיון למשל, מדינת ישראל!!!! והיה זה אלברט אינשטיין שאמר: "ואם רעיון הוא מלכתחילה לא אבסורדי, אין לו כל סיכוי!" דווקא תקופת חיים זו בה אנו חיים היום נחשבת לתקופה אבסורדית, כי כל מה שידענו והיה מוכר לנו הפך להיות לא רלוונטי עוד. מגיפת הקורונה היתה זו שבקשה ללמדנו שכל מה שהיה לא יהיה עוד. אנו חיים בתקופה מאתגרת מאד, תקופה בה הכל מואץ, מתחלף, משתנה ורעיון טוב של היום איננו בהכרח רעיון טוב של המחרת, ואיך בכלל אנו יכולים לדעת אם רעיון הוא טוב או רע אם לא נתנסה בו ונלמד דרכו? כל הקרקע של הידוע נשמטת תחת רגלינו כיום וחובה עלינו לפתח חשיבה יצירתית, גמישים הרבה יותר, חוקרים, מגלים וממציאים. ענווים יותר, זורמים יותר... אם נתבונן בכל הממציאים הגדולים (אדיסון, ביל גייטס...) ואם נתבונן בסדרת הטלוויזיה "הכרישים" ונראה מה אפיין ומאפיין אותם, נגלה שהם חלמו בהקיץ, הם נתנו כבוד לדמיון שלהם ולרעיונות שנראו אבסורדים בעיניי האחרים ולעיתים אף בעיניהם.

הם היו נחושים לנסות ולא נתנו לקולות פנימיים או חיצוניים להשתיק את הדחף שלהם. הם פלרטטו עם הרעיונות, שיחקו איתם במוחם, יצרו איתם דיאלוג... הם לא שללו אף רעיון שצץ במוחם כאפשרות או





אשכול פיס  
כפר-סבא

היינו יחדיו עובדים



הזדמנות לשנות את העולם, לשנות זווית ראייה ונקודת מבט כדי לראות רחוק יותר.

הם נתנו לרעיונות לזרום מתוך סקרנותם הטבעית, התנסו שוב ושוב ולא נשברו כשדברים פחות הצליחו. הם חשו שהרעיון קסום וגדול מהם. הם הבינו ומבינים היום שאין מקום עוד למשפט "מה יגידו?", כי כל מה שיגידו ממילא שייך לראיית העולם הישן הנשען על תבניות מוכרות וידועות שמן הראוי להחליפם בחדש ורענן.

הם שאלו שאלות בלתי צפויות כדי לגרות את מוחם לפעולה בנתיב אחר. הם האמינו ברעיון והאמינו באדירותם...מחקרים רבים מצביעים על התהליך המנטלי והרגשי המתרחש מרגע הופעת הרעיון ועד יישומו. לא מדובר בתהליך קל או פשוט, לא מדובר בתהליך בו ההצלחה מובטחת. מחקרים עוסקים בשאלה מהיכן הרעיון מגיע, מדוע יש לנו רעיונות, איך מיישמים רעיונות ועוד...

אין כבר דרך אחת נכונה ליישומו של רעיון, אך נדרשת סקרנות ותשוקה לנסותו. יש להתייחד עם רעיונות ולראות בהם אפשרות מלהיבה, תגלית נועזת, לדבר מה שהוא פתח ומבוא לעולמות חדשים. אנו חיים בתקופה בה אי הוודאות גבוהה מאד ואולי דווקא כשאין וודאות בדבר, היצירתיות יכולה לחגוג. אנו נדרשים היום, יותר מאשר אי פעם להפעיל את מחולל המוח שלנו, לצאת מן הקופסא, להתחבר יותר ויותר אל הדמיון שלנו ולדוג ממנו רעיונות יצירתיים ללא פחד או חשש ליישם. עלינו להיות בעלי גמישות מחשבתית גבוהה יותר, מסוגלים לאסוף אינספור פתרונות/ רעיונות/ תוצאות אפשריות מתוך שקט פנימי ללא ביקורת או שפיטה.



אנו נדרשים להעז ולטעות , להעז ולשגות, ללמוד מחווית ההתנסות, להטיל ספק במוכר וידוע ולעולם לא לוותר על התשוקה ובדחף של הרעיון המתגלגל במוחנו על מנת שנוכל לבחון למה הרעיון יכול להפוך להיות. ובנימה אישית: אף אתן בנות המגמה הטכנולוגית , אף אתן נמצאות היום בקדמת הבמה כשבמוחקן רעיונות חדשים הממתינים לצאת לאור. אתן המציאות של העתיד! נחושות ובטוחות בעצמכן תשגנה את ייעודכן לו רק תזכורנה ש " יצירתיות רעיונית פירושה להמציא, לנסות, לגדול, לקחת ביכונים, לשבור חוקים, לעשות טעויות ולהנות" ( מרי לו קוק)

וכפי שאבא שלי היה אומר לי אומר לכן: " מקסימום תצליחו!!!"



# טובה גלר ז"ל

בצער רב נפרדנו בסוף החודש שעבר מטובה גלר, האישה המדהימה, שהלכה לעולמה. היא עלתה ארצה כילדה מסלונים שבפולין. בוגרת גימנסיה "הרצליה" וסמינר "תלפיות". הקימה בית בכפר סבא יחד עם אישה, זאב גלר ז"ל, שלימים כיהן כראש העיר כפר סבא. פעילה בתחום החינוך: הייתה גננת, עסקה בהוראת נערים עובדים ובחינוך מבוגרים, במסגרת "הנחלת הלשון" וב"ביעור הבערות", כשלמעשה הוראת השפה הייתה רק חלק מהקשר האישי עם האנשים והסיוע בקליטתם. פעילה בתחום ההתנדבותי במישור הקהילתי-סוציאלי. שימשה כיו"ר "איל"ן". במרכז פעילותה ההתנדבותית עומדים מועדוני הקשישים, להם היא העניקה מזמנה וממרצה באופן אישי, במסירות ובהתמדה במשך שנים רבות. על פעילותה זו קיבלה את התואר "אם המועדונים". ניהלה בית פתוח, בו נמצאה אוזן קשבת ולב חם לכל אדם במצוקה, בית ששקק פעילות ציבורית ושימש בסיס מוצק ותומך לפעילות אישה, זאב גלר ז"ל, למען העיר כפר סבא. ועל כל אלה הוענק לה התואר יקירת כפר סבא.



# מה חדש בירחון ROTARY

## פינתו של חברנו חנון האס



ROTARY - May 2022



הערה: הצגת הנושא מתוך ירחון רוטרי מאי 2022 עתה נובעת מכך שהירחון התעכב בהגעתו.

# רוטריוניות פועלות למען העצמת נשים בארצות מתפתחות

- 1) **בנגלה דש: הרוטרינית מומתז צ'אודחורי ממועדון דקא יוזמת תמיכה לתלמידות בתי ספר תיכוניים בזמן הלימודים וגם אחר כך כדי לכוון ליזמות.**
- 2) **פיליפינים: הרוטרינית מילדרד פרגנטה ממועדון קונאו מטרו מפיקה תכנית טלוויזיה המתרכזת בשיקום בנות שעברו התעללות מינית**
- 3) **קניה: חברת מועדון קיאמבו לידיה נג'ורוגה מנהלת תכנית לאומית לתלמידות בתי ספר תיכוניים ומדריכה אותן איך לטפל בעצמן בזמן המחזור החודשי על מנת לא להפסיד ימי לימוד.**







# דברי ראשונים

## הנימוקים להשתייכותך לרוטרי

מאמרו של א. ברקוביץ

מתוך עלון רוטרי כפר סבא מס' 2 - 1963/64

### הנימוקים להשתייכותך לרוטרי

בעקבות מאמרו של ד"ר רלף מ. קולינס שהתפרסם בחוברת "דה רוטריין" מחודש ספטמבר 1963.

ד"ר קולינס — חבר מועדון רוטרי בעיר רוצ'סטר, ארה"ב.

לפנינו מאמר של פסיכיאטר מוסמך הדן באופן מעמיק בבעיות רוטרי מנקודת ראות של מקצועו.

ד"ר קולינס מוצא למעשה שני יתרונות גדולים להשתייכות למועדוני רוטרי: הראשון — היתרון הנפשי האינדיבידואלי של חבר רוטרי.

השני — התועלת החברתית הכוללת לצבור ולחברה כולה.

לגבי היתרון הראשון מונה המחבר כמה וכמה צרכים נפשיים שבאים על בטויים ועל ספוקם בפעולות מועדוני הרוטרי:

קודם כל — הצורך הנפשי בשתוף חברתי המתקשר לצורך ההשתייכות.

כל אדם רוצה לראות את עצמו שייך לקבוצה אנושית מסוימת שהוא מעריך אותה והיא מעריכה אותו כערכו.

הצורך הנפשי השלישי שמונה המחבר הוא הצורך להתמסך למען מטרה נעלה. התמסרות כזאת, הבאה בהתנדבות, מצוייה למעשה בכל תנועה גדולה בהיסטוריה האנושית ומהווה חלק בלתי נפרד ממנה, כפי שמציין בצדק המחבר.

בצידם של צרכים אלה מציין המחבר את הצורך של כל אדם לקיים קשר חברתי, להתעניין בבעיותיו של הזולת, לגמול ולבוא על שכרו ע"י הכרת התורה של החברה.

באשר לחלק החברתי, מציין המחבר את התועלת המרובה הצומחת לחברה כולה מקיומם של ארגונים לקשרים חברתיים מסוגם של מועדוני רוטרי אשר, תורמים רבות בעבודתם המסורה למען התפתחות החברה והקהילה.

בסכומו של דבר, ניתן לומר כי תפקידי מועדוני הרוטרי חשובים הן לגבי העשרת החיים הנפשיים של חבריו וייצובם והן לגבי קיום המטרות החברתיות הנעלות אשר מועדונים

אלה הציבו לעצמם.

א. ברקוביץ





# שיפור יכולות קוגניטיביות



## סיכומו של מוביל הפרויקט בישראל חברנו חנן האס

ראו נא את תגובת יוזם הפרויקט הבינלאומי ד"ר מריוס קיריאזיס ממועדון קיטיון לרנקה שבקפריסין . מטרת הפרויקט: שיפור יכולות קוגניטיביות אצל האוכלוסייה המבוגרת דרך ביצוע תרגילים.

את מריוס הכרתי בעת ביקור מועדון רוטרי כפר סבא בקפריסין לרנקה, בערב בו המועדון שלנו נפגש עם הרוטריונים המקומיים. ד"ר קיריאזיס הינו גרונטולוג מומחה לגיל השלישי - בעל שם באירופה.

את חלקנו בפרויקט ביצענו למרות קשיים לא מבוטלים: בידודי קורונה, איתור אוכלוסיית יעד, התאמת שאלונים לאוכלוסייה בארץ ובחירת תרגילים

**צינתי שלוש נקודות חיוביות ביישום הפרויקט:**

- הדגשת החשיבות לביצוע תרגול מנטלי
- הנהלת מגדלי הים התיכון הראתה דאגה למצב דייריה דרך ההרצאה במגדלים באמצעות מועדון רוטרי
- מועדון רוטרי הפגין את מעורבותו בקהילה

מוביל הפרויקט בישראל : חנן האס  
משתתפים בשטח : נשיא המועדון מיכאל שלו ואריה שטריימר  
השתתפות בהכנת שאלונים : יוסי בן עמי

Dear Marios  
June 25, 2022

I am writing this email to you in order to complete our efforts regarding the project : exercises for senior citizens in order to improve mental abilities.

Our Rotary club in Kfar Saba, Israel was involved in implementing the project.

Beside myself our club president and one more Rotarian took active part.

The list of exercises was reduced to those suitable for the way of life of citizens in Israel ..

That list I translated into Hebrew.

The English questionnaire was adapted to our audience adding Hebrew translation for each question.

Who was selected to participate/ answer the questions as a group of seniors ? The selected group: residents of the Mediterranean Towers - senior life-long center in the city . That institution is considered as one of the best in the country.

Due to the Covid-19 pandemics we had met difficulties when trying to approach those citizens but eventually we succeeded to a certain degree thanks to a very positive approach from the institution management.

To begin with we were enabled to hold a lecture about the project before an audience of about 80 seniors - residents of the Towers.

About 20 people were ready to arrange terms in order to meet us Rotarians holding the list of questions.

Later on some of those 20 changed their mind and did not participate.

No one actually wanted to proceed and perform the suggested exercises during a period of three months.

However some of the residents (who suffered a stroke par example) took professional help and performed similar exercises as those suggested by our project.

What has been achieved ?

- 1) The residents of the Towers understood once again - in the project presentation - the importance regarding exercises to improve cognitive abilities.
- 2) The Tower management showed involvement in the well-being of the residents
- 3) Rotary as a leading non-profit group in our community had impact : socializing with seniors in the city - an activity which has a growing importance in the developed countries.

I intend to send you a list of chosen exercise in English and in Hebrew ( screened & sent in consecutive emails) and an example of the questionnaire having both English and Hebrew texts ( also screened & sent in consecutive emails).

Another email shall be sent to you containing the results for each participant of the Towers ( with cc to our Rotary management and the Towers management).

Let me emphasize how privileged I feel being able to meet you and work together. I hope very much to meet you here in Israel.

Sincerely yours,  
Hanan

Dear Hanan  
June 26, 2022

Many thanks for all your emails, and for your efforts to implement this project. We had similar results here in Cyprus, for example many people participated in the initial information lectures, but fewer people actually did the test and even fewer did the exercises. But the main points are as you say: Inform the public about the importance of doing mental activities, about preventing diseases of ageing, and showing that we as Rotarians have an interest in the community and get involved in practical ways.

So, from this point of view we have succeeded. We will announce this cooperation between our club and the Kfar Saba rotary club in all our local contacts here in Cyprus, to show the good level of cooperation between us.

We will certainly meet and cooperate again in the future.

Best wishes  
Marios Kyriazis



# ספר נגידי רוטרי ישראל



פינתה של חברתנו נ"ל ד"ר חני גלנצר ברקת

## נג"ל היינץ גדליה בוכולד



שם: היינץ גדליה בוכולד

באנגלית Heinz Buchlad

רעייתו : מיכל

ממועדון :תל אביב -יפו

שנת נגידות: 1969-1970

נשיא עולמי: James F. Conway

סיסמת נשיא עולמי: Review and Review

### "סקור וחדש"

נולד ב- 1920 באוסטריה, למשפחה אמידה. סיים את לימודיו בהצטיינות.

ב-פברואר 1939, הוברח לאניה "סקריה" ויחד עם כאלפיים חברי ביתר הגיע לחופי הארץ, נתפס ונשלח למחנה עתלית. עם שחרורו התגייס לצבא האנגלי במצרים.

שירת כרב סמל פלוגתי בחיל האספקה.

ב-1947 התגייס להגנה ולאחר קום המדינה המשיך בשירותו הצבאי עד 1950. השתחרר בדרגת סרן. היה ממקימי מפעלי שיכון ואספקה למשפחות חיילי הקבע" (1950). כיהן כמזכיר הראשון של ישעיהו פורדר, מנכ"ל חברת רסקו ואחר כך כסמנכ"ל.

כיהן כמנכ"ל חברת "שיכון ופיתוח" ופרש להקמת חברה עצמאית שבנתה לפי הזמנת הלקוח. כיהן כמנכ"ל פיוניר בטון, ויו"ר אגודת הצרכנות.

התמחה בפילולוגיה- מדעי השפות.

בעל צלב הזהב ממשלת גרמניה על פעולותיו לקידום מערכות היחסים בין גרמניה לישראל.



## פעילויות בולטות בשנת הנגידות :

ארגון משמרות של חברי רוטרי לעזרה בהגנה על יישובי הצפון

ייסוד קרן לעזרה לנפגעים חברי רוטרי, שנפגעו במסגרת התנדבותם.

ארגון הסעות לחיילים מהרכבת הביתה. וארגון תחנות כיבוד לחיילים.

קידום נושאים הקשורים לשיקום האסיר.

חיבור בין אסירים משוחררים לבין אנשי רוטרי לשם מציאת תעסוקה נאותה לאסירים המשוחררים.

הקמת ספריה באבו כביר, לטובת האסירים.

הנהיג הצגת תקציב רוטרי ישראל דרך רואה חשבון.

ועידת רוטרי מס' 10 - 15-16 באפריל 1969, בבית אבא חושי בחיפה. השתתפו 600 חברי רוטרי, ראש העיר חיפה, מר אבא חושי והשר אריה דולצ'ין שהביא את ברכת הממשלה. בוועידה השתתפו אורחים משוודיה, הודו ורומניה, ביניהם ארנולד ברטהולד הנשיא העולמי המיועד.





# חברים מציירים

ציירה חיה קנטרוביץ

שם בלב הים



# שם בלב הים

מילים: זוסמן סגלוביץ

שתי עיני רואות הרחק – שם בלב הים

אם יימינו או ישמאלו – שם בלב הים

הרוחות בהם ילילו – שם בלב הים

כך שוטף חולף היוזם – שם בלב הים

וטהורים הם השמים – שם בלב הים.



# חברים כותבים



## לא נרונה לקורונה

פאזה פ"מ"אדה" (מגפה, בלע"ז)  
מאת איציק ארבל

יותר משלוש שנים, באופן רציף,  
שאנו חיים כאן בצילו של נגיף,  
שהתנחל בארצנו ופתח סניף.  
פעם מקל הוא ופעם מחריף,  
בלי משוא פנים הוא מצליף.  
בין אם אדם פעיל או סתם משקיף,  
אזרח שקט או מדינאי מדליף.  
נפגעו כולם כולם בלי להעדיף.  
גם אצלנו במועדון הוא התקיף  
למרות שעטינו מסכות וצעיף,  
ואיש איש הגן סביב כמו זקיף.

גם אם חלון או תריס ניסו להגיף  
חגג הוא, הרשע, את חג הקטיף.  
מעטים ניצלו אמנם בזה הסעיף  
אך אל נא נמהר הדגלים להניף,  
וכעת אין לחגוג ושמחה להרעיף,  
כי החמקמק יכול לשוב להחטיף.  
מי ידע מתי יבוא ויגבה התעריף.

אך אנו לא ניכנע לזה השחיף,  
כי תמיד יש תקווה, אפילו זרזיף  
לעבור ולגבור באופן ישיר או

עקיף!







# סיפור של סופר בלתי מזוהה

## הסיני והאורז

### סיפור עם מוסר השכל

אדם אחד הניח פרחים על קבר אשתו כשפתאום הוא רואה סיני שם צלחת מלאת אורז על הקבר הסמוך. שאל את הסיני: "אתה באמת חושב שהמת ייצא מהקבר לאכול את האורז?" ענה לו הסיני: "כן, כשאתך תצא להריח את הפרחים."

#### מוסר השכל:

לכבד את דעותיו של האחר היא אחת התכונות הכי טובות של האדם. בני אדם שונים זה מזה ולכן מתנהגים אחרת וחושבים אחרת. אל תשפוט, רק נסה להבין, ואם אתה לא יכול להבין, שכח מזה.

זכור את חמשת הכללים הפשוטים בדרך אל האושר:

שחרר את לבך משנאה  
שחרר את ראשך מדאגות  
חייה בפשטות  
תן יותר  
צפה לפחות





# אמנות על קצה המזלג

## ז'אן-בפטיסט גרוז, 1725-1805, פאריס קימון ופרו - "החסד הרומי"



שנת יצירה: 1767

מוזיאון: פול גטי -  
קליפורניה

צייר צרפתי. הייתה לו הצלחה גדולה בסלון של 1755 עם "האב קורא בתנ"ך לילדיו" (לובר, פאריס). הוא המשיך לזכות בפופולאריות עצומה בז'אנר של סצנות סנטימנטליות ודרמטיות דומות. יצירתו זכתה גם לשבחים מפי הוגה הדעות דידרו כ"טוהר מידות בצבע" וכהצגה של הציור האידיאלי הנעלה בימיו. הוא השתוקק גם להצליח כצייר נושאים היסטוריים, אבל "ספטימיס סוורוס וקרקלה" שלו נדחה על ידי הסלון בפאריס וגרם לו למבוכה גדולה. הרבה מיצירותיו המאוחרות של גרוז מכילות תמונות של בחורות צעירות, אשר מביעות רמזים מיניים נסתרים, תחת הרושם החיצוני של תמימות רגשנית. עם התפנית לטעם של הניאו-קלאסיות, יצירתו יצאה מן האופנה והוא שקע אל האלמוניות במהפכת 1789. לקראת סוף הקריירה שלו הוא קיבל מינוי לצייר את דיוקנו של נפוליון, אבל הוא מת בעוני.



סיפור "החסד הרומי" הפופולרי מבוסס על חייה המופתים והנדיבים של אישה בשם פרו, שאביה, קימון, נידון למוות ברעב וצמא על גניבת כיכר לחם.

קימון הושלך לצינוק על ידי הנציב הרומי בגנט, בלגיה. פרו, בתו, הייתה האדם היחיד שהותר לה לבקר את אביה, ולא ניתנה לה הרשות להביא לו אוכל או שתייה. הבת הייתה בוגרת וכבר הפכה לאמא.

שלטונות הכלא הופתעו מכך שקימון נותר בחיים עדיין לאחר שבועות של כליאה. בניסיון להציל את חיי אביה, פרו הניקה אותו מדי יום בחלב שלה. היא המשיכה בהנקה של אביה עד שנתפסה על ידי שלטונות הכלא. העונש על הפרת הצו היה אמור להיות זהה לזה של אביה. פרו הובאה בפני שופט בשל אי ציות.

כששמע השופט שאביה של פרו והילד שלה חולקים את חלב האם שלה כדי שתוכל לקיים את חייו של הזקן בכלא, הוא כה התרגש והורה לשחרר את האישה ובתו ללא תנאי.

בכתביו, "מעשים החשובים והאמירות של הרומאים הקדמונים", ההיסטוריון הרומי העתיק ואלריוס מקסימוס (Valerius Maximus) טוען שנדיבותה הבלתי אנוכית של פרו היא הצגה של דוגמה נעלה של כיבוד אב ואם.

במאה ה-17 אמנים גדולים ציירו גרסאות שונות של הנושא הפופולארי, אשר ז'אן בפטיסט גרוז ואמנים אחרים החיום במאה שלאחריה. הרקע וסידור הדמויות, מבוססים בצורה קרובה לגרסתו של פאול רובנס. דניס דידרו שיבח מאד את השילוב של הז'אנר עם ההיסטוריה ואת התכלית המוסרית ציבורית.



פיטר רובנס  
קימון ופרו

שנת יצירה: 1630

יצקה ק.





# "אוסף בולים – זה דבר חינוכי?"



חברנו נ"ל אייבי ברכה מספר על אוסף הבולים המיוחד שלו



## רוטרי בהונגריה - בבולאות

מועדון רוטרי הראשון בבודפשט נוסד ב 1925. מועדוני רוטרי הפסיקו פעילותם במהלך מלחמת העולם השנייה. ב 1990 מועדון בודפשט הוקם מחדש. היום 54 מועדונים בהונגריה עם 1,181 רוטריונים.

ב 16/8/1991 הונפקו 2 גיליונות מזכרת קטנים לרגל ביקורו של האפיפיור בהונגריה. בתחתית הגיליונות סמל רוטרי בשחור. גיליון עם מסגרת אדומה.



השווי של 2 הגיליונות האלו במכירות הפומביות ב EBAY היה \$55



הגיליונות נושאים 2 בולים רגילים ובול באמצע עם דיוקן האפיפיור.

לא ברור איך רוטרי קשור לביקור האפיפיור ?

4 לפברואר 2005 – הונפק בול לציון 100 שנה לרוטרי בינלאומי



הבולים הונפקו בגיליונות של 50.



# מתכון החודש

מהמטבח של חברנו איציק ארבל

## סלט כרובית טרייה, וקל להכנה

חומרים:

1 כרובית בינונית טרייה, מפורקת לפרחים ופרוסה במעבד מזון בדיסק פריסה דק.  
5 מלפפונים חמוצים (אני אוהב במלח) גדולים, חתוכים לקוביות קטנות.

2 פלפלים אדומים (גמבה) חתוכים לקוביות קטנות (אפשר גם קלויים).



3 כפות גדולות של מיונז

1 כף חרדל

מיץ מחצי לימון סחוט

1/2 כוס שמיר קצוץ דק

100 גר' גרעיני דלעת קלויים.

לפי הטעם - ניתן להוסיף: פלפל צ'ילי חתוך, מלח, פלפל שחור. זהו!

ההכנה:

מערבבים את כל החומרים, למעט הגרעינים ומשהים במקרר למספר שעות, לספיגת הטעמים.  
מוציאים מהמקרר, מערבבים שוב, ואם זה נראה מעט יבש ניתן להוסיף מיונז וחרדל באותו יחס (3:1).  
מוסיפים 2/3 מהגרעינים ומערבבים. את היתרה מפזרים מעל לקישוט.

מקשטים בעלי חסה, גמבה ומה שבא לכם.

אוכלים!



"לחוק על כל מה שנאמר, זה טיפשי; לא לחוק על דברי,  
זה אווילי" ~ ארסמוס מוטרדם

## לשון ברוטב מאת מחיך השפה העברית -יעקב פרוינד-



מערכות הבחירות הללו, משחק  
קלפים, שלא מצליח להביא... "אס"  
! (61)



תרגיל לשוני:  
אין ל...לגלג,  
כשמתהפך ה...גלגל !



החלה מלחמת  
"גוג...דמגוג" !



לצערי, חוזר על הקביעה:  
מקלדת - "שדה...מקשים"



"ממשלת מעבר...חצייה",  
נקווה, שלא...נרד מהפסים !



הגנה מפני השמש...הצלה !





עלמה יפה בחוט זהב  
רוקמת בדי קטיפה  
פדור של בדלח בידי  
קוסמת  
מראה שקופה  
הלך עבר בדרך עפר ...

ומי היה בדמות אותו  
העלם  
תרצה לשאל  
היה הוא הלך בבגדי בן  
מלך  
נסיון של שאול  
הלך עבר בדרך עפר ...

ימי ראשית הקיץ

מילים: יענקל'ה רוטבליט  
לחן: שמוליק קראוס

והימים ימי ראשית הקיץ  
ימי ראשית  
בבסתנים צבר ועץ הזית  
רוח חרישית

הלך עבר בדרך עפר  
ימי בציר ימי נגון ושיר  
ימי בציר ימי נגון ושיר  
הלך עבר בדרך עפר  
ימי ראשית הקיץ

June



קיץ - מלך הקוצים

צילום: יצקה ק.