



הודעה שבועית

בנק הזמן 'גינות העיר'

25 בפברואר 2010, י"א אדר תש"ע

"לקבל פרושו להעניק לאחר את ההזדמנות לתת"

שלום לכולם,

חג פורים שמח! לרגל החג הבא עלינו לטובה, כדאי לזכור את המשמעויות השונות של החגיגות, וכן את המסורות שנוצרו במשך הזמן. פורים הוא אמנם חג המציין "פור", גורל שהיה לטובת היהודים בימי אחשוורוש בצרוף תושיה של אשה מיוחדת במינה (אסתר המלכה), אבל הפך במרוץ השנים גם לחג של נתינה וקבלה, מעשים טובים וקהילה. נצלו את החג כדי לשמח אהובים, לחלק משלוחי מנות ולהשתתף בשפע פעילויות החג כדי לשמח לבב בנוש. בנק הזמן מאחל לכל חברותיו וחבריו חג שמח ומבדח!!



אוזני המן מבצק שמרים

1 ק"ג קמח
2 כפות שמרים יבשים
2 ביצים
50 גרם מרגרינה
חצי כפית מלח
חצי כוס סוכר
חצי כוס שמן
כוס וחצי (בערך) של מים פושרים

מערבבים את כל חומרי הבצק, מוסיפים את המים בהדרגה, רק כמה שהבצק 'לוקח'.
לשים כ - 10 דקות עד שיש בצק חלק וגמיש
משמנים אותו מבחוץ על ידי ליטוף ביד עם קצת שמן
מניחים בקערה גדולה, מכסים, ושמים במקום חמים להתפחה למשך כשעתיים עד שעתיים וחצי
חובטים בבצק להוציא בועות אוויר
מחלקים את הבצק ל - 3 כדורים, עובדים על כל כדור בנפרד
אם יש צורך אז משמנים טיפה את משטח העבודה - בשום אופן לא מקמחים
מרדדים לעלה בעובי חצי עד 3/4 ס"מ
בעזרת כוס רחבה - או קעריית של לפתן - קורצים עיגולים
ממלאים במלית הרצויה וזוגרים לצורת אוזן המן סגור לגמרי - מחברים את כל הקצוות, לא משאירים פתח ממנו המלית מבצבצת. מהדקים היטב מעל למלית בצורת משולש.
מסדרים בתבנית מרופדת בנייר אפיה, ומניחים לתפיחה נוספת של כ - 20 דקות
מושחים את פני אוזן ההמן בחלמון ביצה + כפית חומץ וזורים מלמעלה כמה גרגרי פרג.

ההרשמה לסדר פסח עומדת להסתיים!

את ליל הסדר התשי"ע,

בואו לבלות עם חברי קהילת בנק הזמן!

29.3.2010

במינהל הקהילתי-גינות העיר,

מרכז תרבות העמים

ראו פרטים נוספים בקובץ המצורף.

הצטרפו לבנק הזמן – גינות העיר בפייסבוק!

חגית באלי פתחה עבורנו קבוצה בפייסבוק, בה נוכל לעדכן ולהתעדכן.
שם הקבוצה: בנק הזמן- גינות העיר ירושלים. חפשו והצטרפו!

בקשות, הערות ורעיונות יתקבלו בשמחה באמצעות כתובת המייל:
talia@m-tarbut.org.il

טליה

הצעות ובקשות של חברים בבנק

המעוניינים באחד מהתחומים המוזכרים מטה, מוזמנים לפנות לראש האשכול שלכם, או לטליה.

ראשי האשכול אליהם ניתן לפנות:

חיה: havakien@013.net, 052-5257567

אביבה: avivago@shaam.gov.il, 050-6206893

איילת: yelli_s@yahoo.com, 052-3858578

גדעון: gideon@m-tarbut.org.il, 052-3719729

בריגי'י: 050-4042968

עדי כהן, חברה חדשה בבנק, **מציעה**:

- הדרכת במחשבים
- עזרה לימודית לתלמידי בית הספר היסודי
- שעורי גיטרה ברמה בסיסית

פולינה בארי, חברה חדשה בבנק, **מציעה**:

- לימוד רוסית
 - בישול אוקראיני
- ומחפשת** שותפים לביקור במוזיאונים.

תמר בן דוד, חברה חדשה בבנק, **מציעה**:

- עזרה לימודית במתמטיקה לשלוש יחידות (גילאי חטיבה).
- שירותי שמרטפות

ומבקשת:

- יוגה
- פיתוח קול
- קרמיקה

טלי דנון. **מבקשת** עזרה בצילום – מעוניינת להפיק תמונות לאינטרנט, יכול להיות גם חובב.

קבוצות בנק הזמן

השתתפתם בקבוצה והיא לא מופיעה כאן? אנא, כיתבו לי!

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי
6:00-7:00 פילטיס עם טלי דנון בביתה בעיר גנים. לפרטים: 054-7529523	8:30-9:30 טאי צ'י עם גיא סדן במ.תרבות, ק. 2 (פתוח!)	10:30-12:00 ציור בצבעי מים עם ענבר רימון במ.תרבות (פתוח!)	18:00-19:00 סיפורי רבי נחמן מברסלב עם יהודית מוסל (פתוח)		"נרגעים בטבע" 3 שעות של סדנת אמנות בחיק הטבע עם בריג'י, בימי שישי פעם בחודש
קבוצת לימוד רוסית עם גלינה אלטמן (סגור)	"סיפורי סבתא" קבוצת תאטרון לגיל השלישי בהנחיית יפה עמאר (סגור)		19:30-22:00 סדנת ירידה במשקל ובישול בריא עם דנית מייקלס (סגור)	15:00-17:00 שעת סיפור לקטנים וגדולים עם אורה שמחוביץ' בגינה של מוזיאון הטבע (פתוח!)	
20:00 קבוצת האזנה למוסיקה קלאסית עם אבי ברמן. (פתוח) הפגישה הבאה ב-14.30 20:00 אצל הדס הנושא : סטרינסקי. לפרטים, איילת: 0523858578	10:45-12:00 ציור בצבעי מים מתוך הגישה האנתרופוסופית עם ענבר רימון. (פתוח)	17:00-18:30 קבוצת שיחה באנגלית עם בי הופמן (סגור)	19:30-21:00 מעגל סריגה ויצירה אצל בריג'י (פתוח)		
	21:00 ריקוד חופשי עם ליאורה (הקבוצה בהפסקה, מתעניינים מוזמנים לפנות).			20:30 חלל פתוח: קבוצת תנועה חופשית עם אנה ריזל, במרכז תרבות עמים (פתוח)	

קבוצת ערבית למתחילים

רבים מחברי הבנק הביעו התעניינות בקבוצת לימוד ערבית. לאחר נסיונות רבים למציאת מורה לקבוצה, נותרנו עם תלמידים רבים וללא מורה. אנו פונים אליכם בבקשה: אם אתם מעוניינים ללמד ערבית או מכירים מישהו מהבנק או מחוצה לו שיהיו מעוניינים ללמד קבוצת ערבית, הודיעו לנו בהקדם! בינתיים נאלץ להמתין עם פתיחת הקבוצה עד למציאת מורה.

קבוצת נשים +60

שולה שובל מעוניינת להקים קבוצה לנשים בנות +60 שיבלו יחד בסופי שבוע/שבתות במגוון פעילויות. החל מטיולים וספורים וכלה במשחקי קלפים, העיקר החברה הטובה. המעוניינים, מוזמנים לפנות לשולה ולהרשם אצל טליה: שולה שובל: 5617218.

קבוצת הרצאות טיולי חו"ל

גילי טיימן מעוניינת לפתוח קבוצה בה ינתנו הרצאות (שלה ושל אחרים) על נסיעות לחול.

קבוצת שיחה בצרפתית

קבוצה קטנה (עד 4 אנשים) עם אוולין דויטש המיועדת לבעלי ידע בצרפתית.

קבוצת שיחה באנגלית (נוספת)

פליפה בקל, חברה חדשה בבנק הזמן מעוניינת לפתוח קבוצת שיחה נוספת באנגלית! הביקוש לאחרונה היה רב, לכן מהרו להרשם ולקבל פרטים על פתיחת הקבוצה!

סדנת "ארוחה לשבת" עם דפנה ברוכין

סדנה לקבוצה של 4-5 משתתפים לרכישת מיומנויות בסיסיות במטבח. אם מישהו/י יודע להכין חביתה וסלט, ורוצה להתחיל להסתמך על עצמו בבישול אוכל ביתי, חם ומזין- זאת ההזדמנות! בסדנה נוכל ללמוד להכין "ארוחה לשבת"- פשטידות, עוף בתנור ומרק. והכל- פשוט ובסיסי, עם השקעה מועטה שלא דורשת כישורים של טבח-על, אבל עם תוצאות מרשימות. הסדנה תגדיר עקרונות כלליים להצלחה במטבח, ורכישת ביטחון ו"טאצ" ובזירת הבישול הביתי. בתום הסדנה יקבל כל משתתף קובץ מתכונים הכולל את המתכונים ש"עבדנו" עליהם, עם הצעות לגיוון.

"סדנת התיידדות עם שמרים" עם דפנה ברוכין

כולנו מכירים את המיתוס, לפיו צריך לעבור הכשרה מיוחדת על מנת להוציא תחת ידינו עוגת שמרים מוצלחת. אני מציעה סדנה שמראה שלא צריך לפחד משמרים, ושאינן סוד גדול מאחורי עוגות שמרים פשוטות, מוצלחות וטעימות. בסדנה נרכוש כלים בסיסיים להתמודדות עם בצק שמרים, ונאפה מאפים מתוקים ומלוחים.

קבוצת מדיטציה

מדיטציה עם מנחם קליין, חבר חדש בבנק הזמן. הקבוצה תיפתח בקרוב!!

קבוצת טיולי בוקר לגיל השלישי

ג'ני כהן-קלס מעוניינת לאסוף כמה מתעניינות לטיולי בוקר נמרצים עם אמה, דוברת אנגלית. מחפשת שותפים נחמדים וצעירים ברוחם.

עברו של העתיד – שיחות על תהליך היצירה האנושית

כמה מלים מגרשון אדלשטיין, המנחה והחוקר:

"אני ארכאולוג מקצועי שנים רבות, חפרתי בהרבה אתרים. נקשרתי לאחד מהם: עין יעל, כתוצאה מזה יזמתי הקמת מוזיאון פעיל עין יעל. בזמן החפירות נפתחתי להבנות שונות מהמקובל. את ההבנה הזאת אני מבקש לחלוק עם כל הרוצה להשתתף בהרפתקת החיפוש שלי. הבנתי שאני מחולק בתוכי לרבים: יש בי דחף ליצירה ודחף להרס. שני הדחפים מקבלים ביטוי בכל מעשי חיי. כמוני כל בני האנוש מכל התרבויות ומכל הזמנים.

בחפירות נתגלו לפניי הביטויים החומרניים של שני הדחפים המנוגדים: יצירות אמנות, ארכיטקטורה טכנולוגיה ספרות ודת המרוממים את הרוח ומולם פיתוח נשק השמדה המכוון להרוס אותם חמדות היצירה ולהשמיד את יוצריה. שנים חיפשתי להבין את הסתירה המחרידה הזאת בה אנו נמצאים כפי שהיו אבות אבותינו

את הרעיונות אני מפרסם בבלוג שלי "עברו של העתיד" ובהרצאות ושיחות בנושא."

בתוכנית חמש פגישות

1. שיחה על האדם שאינו משלים עם מצבו וממציא כלים- מכשירים ומכונות
2. שיחה על אומנות ויצירה – חוק סדר וסגנון
3. שיחה על תרבות וחברה – הדומה והשונה בין חברות אדם
4. שיחה על האדם היוצר ותוצרתו – ההתנסות ככלי להבנה עצמית
5. שיחת סיכום – מה ההבדל בין ידע לידיעה

קרא/ עוד בבלוג של גרשון "עברו של העתיד"
[/http://archaeological-insight.blogspot.com](http://archaeological-insight.blogspot.com)

קבוצת מפגשי משחק לילדים ואמהות

שירין מגן בן ציון מעוניינת לקיים מפגשי משחק לאמהות וילדים (עד גיל 5-4), פעם בשבוע בשעות הבוקר. המעוניינות מוזמנות לפנות לטליה במייל. מיקום וזמן מדוייקים ייקבעו יחד עם המשתתפות.

קבוצות בהקמה – מתעניינים מוזמנים לפנות במייל
קבוצת שיחה בצרפתית למתקדמים עם אוולין דויטש.
קבוצת הרצאות וטיפים לטיולי חו"ל עם גילי טיימן.
קבוצת מדיטציה עם מנחם קליין.
קבוצת שיחה באנגלית עם פליפה בקל.
קבוצת משחקי דומינו ושש בש עם משה שמחוביץ'.
קבוצת מפגשי משחק לאמהות וילדים עד גיל 5 עם שירין מגן בן-ציון.
קבוצת דיון על פרשת השבוע עם אפריים הרמן בקטמון (שעה תיקבע יחד עם המשתתפים).
קבוצת טיולי בוקר לגיל השלישי עם ג'ני כהן-קלס.
סדנת גרפולוגיה עם דוד בירון (ימי שני ב1930, הזמן גמיש).
סדנאות בישול ביתי ואפייה עם דפנה ברוכין.
קבוצה ללימוד ערבית - המתעניינים מוזמנים לפנות לטליה. דרוש מורה!!
"עברו של העתיד" סדרת הרצאות עם גרשון אדלשטיין.
רוחניות יהודית והתא המשפחתי קבוצת נשים עם איילת הדר בן חיים.
סדנת דרמה רב גילאית לבני נוער ו-20+ עם רחלי ארנטל.
קבוצת נשים-שישים – נשים בגילאי +60 לבילוי משותף בשבתות.

פינת ימי הולדת

מזל טוב לכל ילידי 20.2-25.2 ואיחולים רבים!



דינה
רוטנברג

מרים
הירשפלד

מרגלית
דקלבאום

ז'ניה
פופז'ו

פינת קהילה

שירין מגן בן ציון מזמינה אתכם להרצאות מבוא לקורס רייקי המתקיימות בתחילת מרץ. ראו פרטים בקובץ המצורף.

יש לכם רעיון חדש לבנק הזמן? כתבו לנו!

talia@m-tarbut.org.il

לתשומת לבכם:

חברי בנק הזמן מתבקשים למלא דוחות עדכניים של קבלה ונתינה.

שבת שלום וסוף שבוע נעים!

טליה וראשי האשכול של בנק הזמן

מינהל קהילתי – גינות העיר

אתר המינהל הקהילתי www.m-tarbut.org.il