מאוחדים

ועד עובדי קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

המגזין הרשמי של עובדי קבוצת סלקום

גליון חגיגי | חגי תשרי 2018

הכי חזקים ביחד
ועד עובדי קבוצת סלקום

שמישהו ינסה לעצור אותה

ריאיון חגיגי עם היו"ר
מיה יניב

עובדי קבוצת סלקום חוגגים
חתימה על
הסכם קיבוצי חדש

שי רלר
מחובר לחיים
מסע ההישרדות מהמוות
והחזרה לחיים

שומרי הסף
ליאור כהן זדה וליאור דרין
"זה שיש כסף לא אומר
שצריך לבזבז אותו "

ועד עובדי קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

אתכם לאורך כל הדרך !

BEST PRICE
הביטוח המשתלם ביותר!
מקבוצת אורן מזרח

צריכים ביטוח לרכב?

הטבה מיוחדת לעובדי סלקום ובני משפחותיהם:

BEST PRICE

הביטוח האיכותי והמשתלם ביותר!

BEST PRICE תציג עבורך הצעות **מבין כל** חברות הביטוח תוך שניות!
BEST PRICE תאתר עבורך את ההצעה **הכדאית והמשתלמת** ביותר!
BEST PRICE מעניקה לך **תנאים וכיסויים** מיוחדים שיצרנו רק עבורך!
BEST PRICE נותנת לך **שירות אישי** אחד על אחד!

להשוואת מחירים עכשיו באתר

cellcom.oren-ins.co.il

להשוואת מחירים עכשיו בטלפון

077-2207000

ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו
סלקום

| תוכן העניינים |

4 **שמישהו ינסה לעצור אותה:**
יו"ר הוועד מיה יניב כמו שלא הכרתם

16 **דרך חדשה:**
מנו יערי ויעל קדוש ולנסי בראיון
אופטימי רגע אחרי הפרישה

20 **ההסכם הקיבוצי החדש**
לגזור ולשמור

26 **עובדות מן המניין**
היכרות עם גילה בן לולו
ואנאידה טדבוסיאן

28 **נפש בריאה בגוף בריא**
רכזי הספורט בוועד נערכים
לספורטיאדה

30 **מחובר לחיים**
סיפורו מעורר ההשראה של שי רלר
שמכניס לפרופורציות

38 **קנאביס רפואי:** על סגולותיו של
הצמח שמשגע את העולם

42 **טובים השניים**
גזבר הוועד ליאור כהן זדה וליאור דרין
בראיון משותף

48 **בשבילי הארץ**
המלצה לטיול מעיינות משפחתי בצפון

פישקין שרותי תוכן

הפקה: פישקין שירותי תוכן
עורך ראשי: אלון ג'ורנו
צילום: אבי מלכה
עיצוב גרפי: שגית קמחי

מאת: **אלון ג'ורנו**

שמישהו ינסה לעצור אותה

כמעט 4 שנים לאחר החתימה על הסכם קיבוצי ראשון ולאחר מו"מ עיקש ולא מתפשר הכולל תמיכה ורוח גבית מעובדיה הנאמנים של החברה נחתם הסכם קיבוצי חדש בקבוצת סלקום.
רגע אחרי החתימה, פגשתי את יו"ר ועד העובדים, מיה יניב, לשיחה גלויה על שנה לא קלה, מלאת קשיים ומהמורות שבסופה הגיע הסכם קיבוצי חדש עם הישגים מרשימים שהביאו לשיפור תנאי העסקתם של עובדי החברה. נדמה שהזמן שחלף רק הגביר את אצלה את המוטיבציה להביא הסכם יותר טוב מקודמו ולנווט בהצלחה את החברה לעתיד טוב יותר.
אז שמישהו ינסה לעצור אותה...

מיה, האם ההסכם הקיבוצי החדש מהווה בשורה עבור עובדי סלקום?

"כמי שעמלה יחד עם חבריי בוועד על ההסכם הזה במשך תקופה ארוכה, אני יכולה לציין שעובדי סלקום יכולים בהחלט להיות מרוצים מהסכם מאוזן שנועד להיטיב עימם. לא ויתרנו לאורך כל הדרך ועמדנו על שלנו תוך מטרה להביא לשיפור בתוספות השכר. שיפרנו בצורה משמעותית את העובדים הוותיקים במסגרת קרן המלגות, וכן יצרנו תקדים בהארכת חופשת הלידה וביטוחי שיניים. אלו מאפשרים לנו להעלות את רמת החיים לצד האפשרות לשפר את חיי המשפחה של כולנו.

נושא ביטוח השיניים נמצא בימים אלו בסטטוס של מכרז. ברגע שהוא יסתיים נפרסם עדכון מיוחד לעובדים. הארכת חופשת הלידה כבר מתרחשת בפועל.
כמו כל יתר הדברים, כל זכות חדשה וישנה שמוקנית לנו העובדים מכוח ההסכם, הרי שמחובתנו ומזכותנו לדרוש אותה''.

מדוע המשא ומתן לקראת ההסכם החדש נמשך כל כך הרבה זמן?

''אחד הדברים הגדולים בהסכם הזה הוא העובדה שהוא נחתם בתקופה מורכבת במשק. על אף חילוקי הדעות ואי ההסכמות בינינו לבין ההנהלה, בסופו של דבר הצלחנו לשבת ולהגיע להסכם קיבוצי מאוזן וטוב עבור העובדים. להזכירכם, כבר הכרזנו על סכסוך עבודה ועמדנו על סף שביתה. אני שמחה שידענו להוביל את ההנהלה לקבל החלטות נכונות, מבלי לפגוע בעובדים או בחברה. בסלקום יש כיום הנהלה רציונלית ואני מאחלת לנו עוד הרבה שנים של התנהלות פרופורציונלית והגיונית''.

האם הרגשת במהלך תקופת המשא ומתן שהעובדים נמצאים מאחורי הוועד?

''לכל אורך הדרך התחושה היא שהעובדים מאחורינו ונותנים לנו גב. האמת היא שאפילו הופתעתי מעוצמת התמיכה. העובדים הפגינו אהבה ונאמנות כלפי הוועד, וזה לא דבר של מה בכך. עובדי הקבוצה השכילו להבין שכאשר הם עומדים איתנים, אנחנו יכולים לייצג את האינטרסים שלהם ולנצח בשבילם.
אני מאמינה שמדובר במעגל - כאשר העובדים חזקים, אנחנו כוועד מייצג זוכים לכוח ויכולים לסייע להם. כאשת ציבור שפוגשת הרבה מאוד אנשים בתפקידים שונים, עבורי זו תחושה אדירה שנותנת מוטיבציית שיא להמשיך ולשאוף להישגים חדשים למען העובדים''.

כשאת מסתכלת לאחור, מהו המקום של הוועד בחייהם של עובדי קבוצת סלקום.

''יש מודעות בקרב העובדים, אבל לא לכל הפעילויות. עברנו ב-5 השנים הללו כל כך הרבה טלטלות, שאם אני מנסה לדמיין כיצד היה נראה הגורל של כולנו, אני בטוחה שהתמונה הייתה הרבה פחות בהירה ממה שקרה. מקבוצת אנשים קטנה שהאמינה בחלום גדול, מצטרפים עוד ועוד אנשים למקום הזה שנקרא ועד עובדים. הצלחנו להפוך את העובדים כאן למשפחה אחת גדולה וזה הישג ענק. אנשים שמגיעים אלינו וזוכים לטיפול בבעיות הפרט או בנושאים אחרים, מגלים שיש כאן קבוצה שבאה לעבוד בשבילם. זו תחושה מדהימה. יחד עם זאת, אנחנו לא נחים על זרי הדפנה, ומבטיחים להמשיך בעשייה''.

אשת הברזל

במהלך תקופת המשא ומתן חוותה יניב משבר לאחר פטירתו של אחיה. בגילוי לב מרגש היא מספרת על השנה הקשה שעברה עליה ועל ההחלטה להמשיך בעשייה כחלק מהתהליך היציאה מהאבל האישי.

''יש אנשים קרובים אליי שמגדירים את השנה שעברתי כשנה בלתי נסבלת מכל מיני סיבות. ההחלטה שלי הייתה בסופו של דבר לצאת מהאבל רק דרך עשייה טובה למען אנשים אחרים, שזה אולי הדבר שאני יודעת לעשות הכי טוב. זה מה שמתגמל אותי מבחינה נפשית ואני עושה אותו בלב שלם'', כך לדבריה.

התפקיד הזה של יושבת ראש קבוצת עובדים כל כך גדולה מצריך ממך המון תעצומות נפש. איך את מתמודדת עם תפקיד כל כך משמעותי?

''מי שנושא בתפקיד של יושב ראש ועד, חייב להבין שלתפקיד הזה אין שעות מוגדרות, אין יום שישי, שבת או ערב חג. בנוסף, מבחינה הנפשית לעבודה הזו אין הפסקות או הפוגות. הדרך הכי הגיונית למלא אותה היא להתמודד מול המכשולים הניצבים בדרך ופשוט להמשיך בעשייה. אנחנו מבצעים עבודה חשובה עבור

אלפי אנשים ועשרות אלפי בני משפחות. לכן אני רואה בתפקיד הזה שליחות על כך המשתמע מכך".

עובדים רבים מרגישים צורך להגן עליך. איך את מתמודדת עם האכפתיות הזו כלפיך?

"למזלי אין לי הרבה רוחשי רעה, וגם אם יש כאלה אני משתדלת פשוט להתעלם. פיתחתי עם הזמן כמו כל מיומנות עור קשה יותר. אני מאמינה שאם תתמרמר ותיכנס לתוך עצמך, לא תוכל לשמש לאורך זמן בתפקיד ציבורי. לכן, למדתי להציב חומות ולדעת להתמודד גם עם אנשים כאלו".

מה המחשבה הראשונה שעולה לך כשאת מסתובבת במסדרונות החברה ופוגשת עובדים.

"אני אוהבת את העובדים. סלקום הוא המגרש הביתי שלי, וכך גם העובדים שאני גאה לייצג. החמאה שלנו כוועד עובדים יציג היא לראות את העובדים שמחים ומאושרים. כל שיחה, מכתב או פנייה אליי הם עולם ומלואו ואני משתדלת לתת להם את מלוא תשומת הלב".

את פועלת רבות למען סלקום גם בערוצים נוספים, כמו בכנסת ובכלי התקשורת. ספרי קצת על הפעילות הזו.

"חלק ארי במסגרת העבודה שלי הוא גם לבצע מהלכים ועבודת לובי בכנסת מול קובעי מדיניות. אני יכולה להגיד שיחד עם קולגות נוספות, אנו מוודאים שמהלכים רגולטוריים כאלו ואחרים לא יפגעו בשום צורה בעובדים שלנו. בעבר כאשר היו מבצעים מהלכים ברמה המדינית, אף אחד לא היה סופר את צרכי העובדים. כיום יש לעובדים ולחברה נציגות חזקה שמוכיחה את ההיגיון באדם העובד כאיש משפחה וכיחידה כלכלית איתנה".

מה את אוהבת יותר - את העובדים בחברה או את החברה עצמה?

"זו שאלה טריקית. העובדים לא יכולים להתקיים ללא היחידה הזו שנקראת סלקום. כמובן שהאהבה שלי היא לעובדים ולא לקירות ובטון. אני יודעת שהשמירה על החברה היא שמירה על העובדים, כך שמדובר במעגל. חשוב לי להבהיר שלא אסכים בשום אופן לראות מהלכים שייפגעו בחברה או בעובדים כאחד. חלק גדול בהתנהלות שלי כיושבת ראש ועד הוא להסתכל קדימה ולטפל בבעיות פוטנציאליות כשהן עדיין קטנות. אסור לשכוח שהחברה הזו היא מקור הפרנסה של כולנו, ולכן אסור לנו לתת לשום גורם לפגוע בה".

הסכמי פרישה מרצון: "אחד ההישגים הגדולים שלנו"

במסגרת ההסכם הקיבוצי החדש הוסדר מעמדם של עובדים רבים בעלי ותק בחברה, אשר זכו לעזוב את סלקום עם חבילת פיצויים מכובדת בדרך לאתגר חדש, הישג שלא היה מתאפשר אילולא מאבק חסר פשרות מצד הוועד.

"אם אנחנו לא היינו נאבקים עבור אותם עובדים, אלו היו פשוט מפוטרים בהליך שהיה מכונה התייעלות", מבהירה יניב באופן שאינו משתמע לשתי פנים. "לשמחתי ידענו לאזן מחד בין הצורך של החברה להתייעל מבחינה כלכלית, לבין השמירה על כבודו של האדם העובד. התוצאה היא שלא מעט עובדים יצאו מרוצים ועל כך נותר לי רק לברך".

עד כמה משמעותי הסכם הפרישה מרצון?

"אני מסתכלת על הנושא הזה דווקא מהפן הרגשי. זה נורא משפיל לדעת שנתת כל כך הרבה שנים למען מקום שראית בו כבית, ופתאום בוקר אחד אתה מגלה שאתה כבר לא רצוי בו יותר. הצלחנו לייצר מצב לפיו מי שרצה לפרוש והגיע למיצוי, יכול היה לצאת לקריירה חדשה ולקחת לא מעט כסף.

הביקוש להסכם הזה היה גדול מההיצע, הסכם שטיפח בראש ובראשונה את הנפש של האדם. הענקנו ביטחון תעסוקתי הלכה למעשה לעובדים, במסגרת הסכם שעוד ידובר עליו רבות בעתיד ומהווה את אחד מההישגים הגדולים שלנו כוועד''.

לקראת שלוש השנים הקרובות, כיצד את צופה את מערכת היחסים בין ההנהלה לוועד?

''החתימה על הסכם קיבוצי תעשייתי משמעותה שקט. כולי תקווה שאכן כך יהיה. מה שחשוב בעיניי הוא שאנחנו העובדים נישאר מאוחדים על מנת לשמור על הבית שלנו, לשמור על עצמנו ועל המשפחות שלנו. אנו מחויבים בהסכם החדש לתת מעצמנו את המקסימום, ובתמורה לזכות בחיים יציבים. אני מאמינה שמי שנמצא כיום בקבוצה אלו אנשים שהגיעו לתת עבודה. האם יהיה שקט? את זה רק הזמן יגיד''.

אני יודע שיש לך הרבה הצעות, אבל בכל זאת בחרת להישאר בסלקום.

מיה מחייכת...''עכשיו אני כאן. ברור שלא אשאר כאן לנצח, אבל אני כאן כל עוד ירצו אותי''.

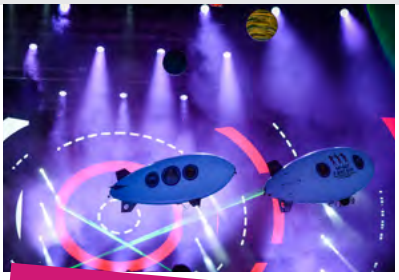
יש מצב לספוילר לגבי נופש החברה 2019?

''יש לי כמה רעיונות כיצד לשפר את הנופש בארץ עם הפקה גדולה יותר, וכך גם בחו''ל. ברגע שיהיה חדש, אנחנו נעדכן את כולם''.

שנה חדשה בפתח. מה תרצי לאחל לקראתה?

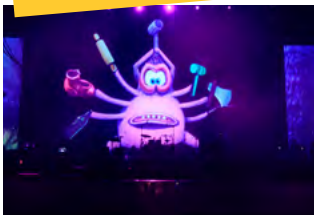
''אני מאחלת לנו כמו בכל שנה, שתהיה זו שנה טובה יותר מקודמתה, שנה בה נשכיל ללמוד מכל מהמורה בה נתקלנו בדרך עד היום. אם נדע לעשות זאת, נגיע לשנה הבאה חזקים יותר עם יכולת התמודדות טובה יותר. אני מאמינה שלא מספיק לאחל שנה טובה. צריך לפעול ולהיות אקטיביים על מנת שהיא אכן תהיה כזו''.

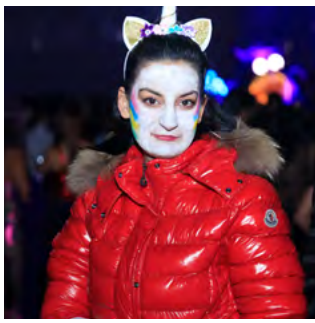
אין ספק שהשנה האחרונה הביאה עמה עוצמות חדשות וחזקות יותר. ההתמודדות של מיה עם כל האתגרים שהונחו בפניה מעלים את השאלה כמה כוח ותעצומות נפש יש לאישה הזו .
נסיים במשפט שמלווה את מיה לאורך כל חייה:
''כשהגלים מתחזקים - החזקים מתגלים''

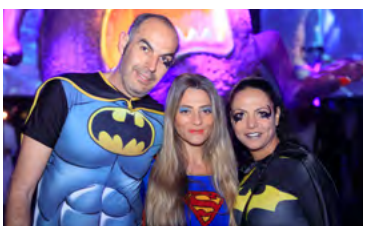


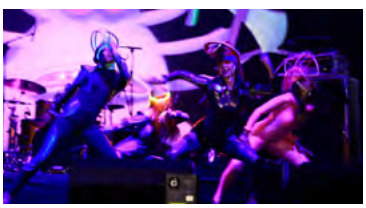
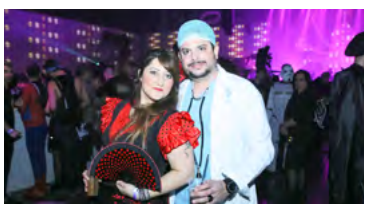
מסיבת פורים 2017
SPACE FANTASY

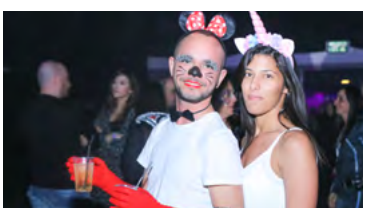
מסיבת פורים 2018
MONSTER FANTASY



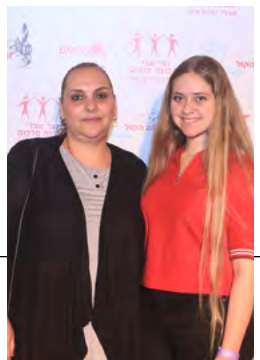


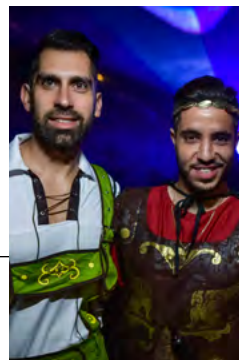




יום האישה 2018
זה הקול בשבילך





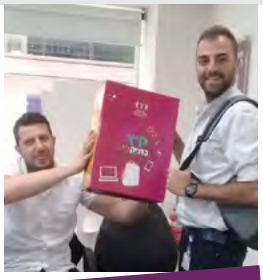
מתנת יום העצמאות 2018

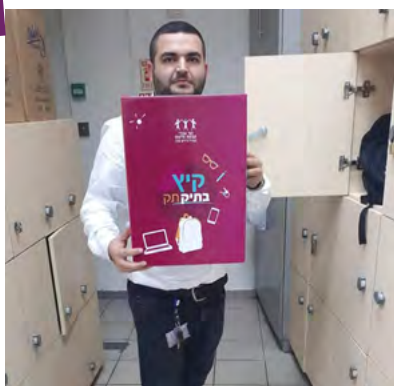
איביזה
FANTASY
2018

ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

סלקום

חלוקת מתנות קיץ 2018
קיץ בתיק תק



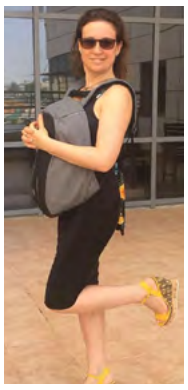


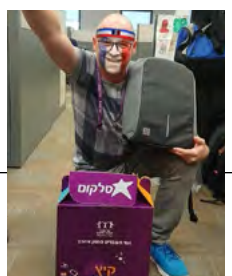
ועד העובדים מציג:

קיץ בתיק תק

ועד עובדי קבוצת סלקום העתיד בידיים שלנו

מתקתקים לכם את הקיץ בתיק גב מפנק!
הצטלמו עם המתנה/תיק
ושילחו את התמונות בוואטסאפ לטלפון 052-2181818
תנו לנו את החשק להמשיך לפנק
ועד עובדי קבוצת סלקום עושים הכל מאהבה ❤





| תמונות **מאירועי רווחה** |

אירוע כיתות א' 2018
אתם הכי גדולים

פורשים בסטייל

מצנח הזהב בדרך לפרישה מרצון

מאת: אלון ג'ורנו, עם **מנו יערי ויעל קדוש ולנסי**

רבים תוהים כיצד נראה היום שאחרי הפרישה. אחרי שנים רבות של עבודה באותו מקום עבודה, אותם פרצופים מוכרים, יחד עם נהלים והרגלים שכבר הפכו לשגרה, היציאה לחיים חדשים כרוכה בלא מעט אתגרים ומחשבות.

ובכל זאת, בעקבות הסכם הפרישה מרצון המהווה את אחד מהישגיו הכבירים של ועד עובדי קבוצת סלקום בהסכם הקיבוצי מול הנהלת החברה, זכו מספר עובדים אשר בחרו אחרי שנים ארוכות לסיים את עבודתם בסלקום לתנאים אטרקטיביים ותגמול כלכלי נאה, כזה אשר הקל עליהם משמעותית את ההחלטה לצאת לדרך חדשה.

לקראת השנה החדשה והגיליון החגיגי, פגשנו שניים מהם - **מנו יערי** (62, מתגורר באלפי מנשה שהספיק לעבוד לא פחות מ-18 שנים בסלקום כמנהל תחום במחלקת הנדסה) יחד עם **יעל קדוש ולנסי** (55, מתכנתת בקרה במחלקת מערכות מידע מזה 21 שנים).

יערי עם ותק פרישה של 4 שנים ויעל פורשת טרייה

מסבירים לנו שבניגוד לשנים עברו בהן עובדים יצאו מסלקום ברגשות מעורבים ועם מטען כבד מאחור, הרי שעבור השניים מדובר היה במקפצה אל עבר שלב נוסף ומלא אופטימיות בחייהם.

> ''ידעתי שיום יבוא וזה יקרה, אבל ברגע שהגיע המייל מהוועד על הסכם הפרישה מרצון ידעתי שהגיע הזמן שלי לומר שלום.

''סלקום זה הבית''

''עבורי ההחלטה לפרוש לא הייתה מהיום למחר, אלא משהו שהתבשלתי איתו במשך שנתיים שלמות'', פותחת קדוש ולנסי במונולוג אישי על המהלך האמיץ שהוביל אותה אחרי 21 שנים.

היינו חוזרים מחופשת הפסח ולא יודעים מה יקרה, יושבים בשקט בעמדה ומפחדים, אם המנהל היה קורא לנו היו מתחילות השמועות על פיטורים ואז אתה מתחיל לחשב כמה הולכים לפטר, את מי ומנסה להתנחם בעובדה שעדיין לא קראו לך לשיחה.

אי אפשר להתכחש לעובדה שהעבודה בסלקום היא תובענית. במשך הרבה שנים הייתי עובדת גם בסופי שבוע ובשעות שמעבר לנורמה. פעם אחת אפילו מצאתי את עצמי מדליקה מחשב ביום כיפור. העבודה כאן הלכה איתי לכל מקום על כל המשתמע מכך, לטוב ולרע. לכן, התבשלה לי בראש ההחלטה הזו אחרי הרבה מאוד לבטים עם המשפחה והילדים''.

מתי הבנת סופית שאופציית הפרישה הופכת מרעיון למציאות?

''ידעתי שיום יבוא וזה יקרה, אבל ברגע שהגיע המייל מהוועד על הסכם הפרישה מרצון ידעתי שהגיע הזמן שלי לומר שלום. התנאים אותם הצליח להשיג הוועד מול ההנהלה עבור הפורשים היו עבורי מצנח מעולה. אחרי שני עשורים בחברה, החלטתי שאני מורידה הילוך. נכון שמדובר בצעד מפחיד ומלא בחששות, אבל בחרתי להתמודד איתו. אני מאמינה שברגע שאדם מקבל החלטה חשובה ומהותית לגבי חייו, הוא מתחשל ויוצא נשכר מהסיטואציה הזו. אני עומדת מאחורי המהלך שעשיתי, ומודה שוב לוועד העובדים על האפשרות שניתנה לי לעזוב את החברה בראש מורם''.

מה התכנון לעתיד הקרוב, ביום שאחרי סלקום.

''החלטתי לקחת פסק זמן של חצי שנה. אני עדיין מתנדבת בסלקום. פשוט קשה לי לעזוב את החברים. ברור לי שאצטרך לעבוד, אבל כרגע אני משתדלת לחשב מסלול מחדש במשך מספר חודשים. בינתיים אני פשוט נהנית מהעובדה שבערבים אני לא צריכה לחשבן לאף אחד. אני יכולה לצאת כל יום, לבלות בים או בחדר הכושר ללא נקיפות מצפון על לקום בבוקר למחרת לעבודה. איך אומרים, אין מחיר לחופש.

לאחרונה קבעתי לי פגישה עם יועץ תעסוקתי. אני פתוחה לרעיונות ויודעת שלאחר ההפסקה הזו אצטרך לשוב למעגל העבודה. בקיצור, כשאגיע לגשר אני בטוחה שגם אדע כיצד לחצות אותו''.

עד כמה משמעותית לדעתך התרומה של הוועד לציבור העובדים בסלקום?

''אני מחלקת את החיים התעסוקתיים שלי בסלקום לשניים, עד הקמת הוועד ואילך. הוועד עשה המון עבורנו, בין אם במסגרת מתנות לחג, שוברי ביגוד, תשלומי הבראה, בונוסים, יציאה לספורטיאדה וכמובן הנופש השנתי שמשנה לשנה רק הולך ומשתפר. הנופש האחרון באיביזה היה פשוט מטורף ושבר את הסקאלה. יש לי חברות ששומעות על התנאים שהשגנו כאן בזכות הוועד, ופשוט נדהמות. אמנם אני לא כאן יותר, אבל אני מבטיחה להמשיך ולתמוך בוועד ובפועלו גם מרחוק''.

העזיבה שלך עדיין טרייה. בהזדמנות זו יש

מישהו שהיית רוצה להודות לו?

''אני רוצה להגיד שסלקום הוא מקום וקרקע להתפתחות העובד בהתאם לכישוריו. התחלתי כאן כמזכירה והגעתי עד לתפקיד מנהלת בקרה במחלקת מערכות מידע. נתנו לי את האפשרות להתפתח, ועל כך חשוב לי להודות.

אבל לא פחות מכך אני רוצה לומר תודה לוועד ששיפר את איכות החיים שלי במשך 5 שנים והביא אותי למקום שבו אני יכולה לחשוב גם על עצמי בגיל 55. זכיתי בחברה שהיא משפחה לכל דבר, חברה בה נשארו לי המון חברים. אני עוזבת עם חיוך גדול ומוכנה לקראת כל מה שצופן לי העתיד''.

''זכיתי בביטחון כלכלי ובתנאי פרישה חלומיים''

הצלע השנייה מבין הפורשים הוא מנו יערי (62, נשוי, אב ל-3 וסב ל-4 המתגורר באלפי מנשה שבשומרון) שמצדו מנסה לשמור על גישה רציונלית ולהימנע מאמוציות לאחר סיום תפקידו בחברה.

''בדיעבד אני אומר בכל בוקר תודה לעובדים שהחליטו להתאגד ולהקים ועד חזק'', אומר יערי. ''ברמה האישית ההסכם הזה הגיע לי בדיוק בזמן, 3 שנים לפני הפנסיה. התנאים הכלכליים היוו זרז להחלטה שלי, שנלקחה ללא נקיפות מצפון''.

> ''לפני קבלת ההחלטה, עליכם להיות שלמים איתה במאה אחוזים. ההמלצה שלי היא פשוט ליהנות מהחיים. בדיוק מהסיבה הזו אני מאוד מרוצה ממהלך הפרישה שלי. אני לא מסתכל לאחור ומתחבט במחשבות.

אז אפשר לומר שהוועד סידר לך מתנת פנסיה.

''אני לא מתייחס לגיל, אלא להישגים המדהימים שהוועד הגיע אליהם. אני בעצמי נאלצתי לפטר אנשים בחברה. לפעמים היינו נאלצים לפטר אנשים טובים, כיוון שידענו שהם יצליחו למצוא את דרכם.

למעשה, עד 2013 בכל שנה נאלצנו להתמודד עם גלי פיטורין כאלו ואחרים. אף אחד לא ידע שמעמדו מובטח. כיום אני שמח המצב הזה השתנה''.

כיצד נראים החיים שלך אחרי הפרישה?

יש חיים אחרי סלקום. חיים טובים מאוד, עד לרמה בה הילדים שלי מתלוננים שכאשר עבדנו היה לנו יותר זמן בשבילם. הורדתי הילוך בחיים, איכות החיים שלי השתפרה, ואני נהנה מכל רגע. אין צורך יותר לקום בכל בוקר ב-05:45, לבלות מדי יום שעות על שעות בכבישים ולהתמודד עם עשרות משימות ביום. מי שחושב שאין מה לעשות אחרי הפרישה טועה ובגדול. לשמחתי הסכם הפרישה נתן לי את הביטחון הכלכלי והאפשרות להמשיך הלאה. אני משתדל לטייל כמה שיותר בארץ ובחו''ל, לבלות עם המשפחה ולהשלים פערים. אפילו התחלתי להתעמל במים''.

> אבל לא פחות מכך אני רוצה לומר תודה לוועד ששיפר את איכות החיים שלי במשך 5 שנים והביא אותי למקום שבו אני יכולה לחשוב גם על עצמי בגיל 55. זכיתי בחברה שהיא משפחה לכל דבר, חברה בה נשארו לי המון חברים. אני עוזבת עם חיוך גדול ומוכנה לקראת כל מה שצופן לי העתיד''.

מה היית מייעץ לעובדים שמעוניינים לפרוש במסגרת זהה לשלך?

''לפני קבלת ההחלטה, עליכם להיות שלמים איתה במאה אחוזים. ההמלצה שלי היא פשוט ליהנות מהחיים. בדיוק מהסיבה הזו אני מאוד מרוצה ממהלך הפרישה שלי. אני לא מסתכל לאחור ומתחבט במחשבות. טוב לי היום עם המשפחה והחברים. אני מאחל לעצמי ולכל עובדי סלקום רק בריאות''.

כחלק מהפעילות במסגרת חייך החדשים, התחלת גם להתנדב.

''אשתי רחל ואני התנדבו בתקופה האחרונה להקמת מועדון לבני 55 פלוס ביישוב אלפי מנשה בו אנחנו מתגוררים. המועדון החל בפעילות אחת לשבוע (הרצאה שמתבצעת על ידי מתנדבים) ומאז הוא הולך ומתקדם. אספנו מספר פעילים ועם הזמן הוספנו גם פעילויות נוספות. העשייה היא חלק ממני, כך שגם אם לא בסלקום, אני נהנה ממנה בכל פעם מחדש''.

מה אתם מאחלים לעצמכם לקראת השנה החדשה?

יעל: ''אני מאחלת לעצמי למצוא עבודה בחברה כמו סלקום, לעבור את חצי השנה הקרובה בכיף ולנצח את הפחד. הוא אמנם קיים ברקע, אבל אני מאחלת לעצמי שאדע להתמודד איתו. אני מאחלת לעצמי שבעוד שנתיים אוכל גם להגיד לעצמי שקיבלתי את ההחלטה הנכונה''.

מנו: ''על אף העובדה שמהלך העזיבה לא היה קשה במיוחד עבורי, אני משאיר בכל זאת מאחור מקום עבודה שהיה לי לבית במשך 18 שנים. היום אני יכול להגיד ללא ספק שזוהי החברה הכי טובה שעבדתי בה''.

אין ספק שמצנח הזהב הכלכלי שוועד העובדים יצר אפשר למנו ויעל לפרוש בראש מורם ולהתחיל פרק חדש בחייהם ללא דאגות כלכליות ונתן להם את הכוח לקבל החלטה שספק אם היו מקבלים אותה לפני הקמת ועד העובדים בחברה. "הכי חזקים ביחד"

הסכם קיבוצי חדש
בקבוצת סלקום

ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

''אני שמחה ונרגשת להציג בפניכם את ההסכם הקיבוצי השני שלנו המשכו הישיר של ההסכם ההיסטורי ופורץ הדרך שנחתם ב-2015 והפעם - כקבוצה אחת גדולה הכוללת את עובדי החברות סלקום, נטוויז'ן ורשת החנויות דינמיקה''

מיה יניב, יו''ר ועד עובדי קבוצת סלקום

במהלך המו"מ הנוכחי לא הפסקנו לחלום וגם להגשים.
בין ההישגים של ועד העובדים ניתן למנות שורה ארוכה של צעדים והטבות למענכם, עובדי הקבוצה:

קליטת עובדי הניקיון - לאחר 15 שנים במיקור חוץ
הארכת חופשת הלידה בשבוע ימים
לראשונה - פנסיה מקסימלית בקבוצת סלקום
קרן מלגות לעובדים וילדיהם
ביטוח שיניים לכולם
חבילת תוספות שכר והטבות חלומיות לעובדי החברה המסורים

ההסכם שלנו נחתם תוך הידברות כנה ומבטא מערכת יחסי עבודה מזן נדיר ומכוון כל כולו לניצחון משותף וחיבור אמיתי שלנו העובדים עם החברה.
אני מאחלת לנו העובדים ולהנהלת החברה 3 שנים של שקט, עשייה מרובה וקביעת שיאים חדשים.

הכי חזקים ביחד
ועד עובדי
קבוצת סלקום

עיקרי ההסכם הקיבוצי החדש

קליטת עובדי הניקיון
לאחר 15 שנים במיקור חוץ

הארכת חופשת הלידה
בשבוע ימים

לראשונה,
פנסיה מקסימלית בקבוצת סלקום

חבילת תוספות שכר והטבות חלומיות
לעובדי החברה המסורים

ביטוח שיניים לכולם

קרן מלגות
לעובדים וילדיהם

מהשנה -
ערב חג ראש השנה ע"ח החברה

גילום מס מלא עבור מתנות פסח וראש השנה
החברה תספוג החל מהשנה את המס עבור מתנות פסח וראש השנה

ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

סלקום

סבסוד חודשי של גני ילדים !
לבעלי ותק של 33 חודשים

סבסוד קייטנות בקיץ

דמי הבראה שנתיים
צמחו לגובה 550 ₪ ליום !

תגמול מיוחד עבור שעות לילה ושבת במוקדים

פנסיה מלאה גם על מרכיב התמריצים
עבור כולם בכלל האגפים

תקציבי רווחה לשנים הקרובות מהגבוהים במשק
כדי שנוכל לפנק

שותפות היסטורית ורבעונית ברווחי החברה של כלל העובדים !!!

שנה טובה
לעובדי קבוצת סלקום

ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

כרטיסים לסטנד אפ

קיץ של פינוקים 2

ועד העובדים מציג: חודש של צחוק

מופעי בידור וסטנד אפ לכל המשפחה

כל המופעים במחיר של 49 ₪ בלבד!

ילדים סורגים 2

רשף לוי
סטנדאפ

שלומי קוריאט
סטנדאפ

הזוג המוזר
הגרסה הנשית
תאטרון בית ליסין

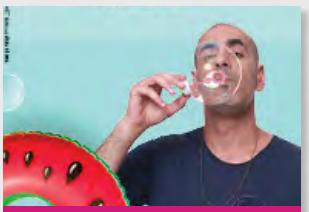
חנוך דאום
אוכל ת'ראש

WIPARK
קיץ 2018

אבי נוסבאום
סטנדאפ

אלי יצפאן
מארח את מאיר סויסה

השקר
תאטרון בית ליסין



קובי מימון
סטנדאפ

מה קשור
סטנדאפ

רמי ורד
סטנדאפ

לפרטים נוספים ורכישת כרטיסים: cs.pashbar.co.il

בברכה,
מיה יניב, יו"ר ועד העובדים
וחברי ועדת הרווחה, אלון ג'ורנו,
ליאור כהן זדה, ליאור דרין.

המלאי מוגבל - כל הקודם זוכה!
ההזמנה על פי תנאי התקנון כפי שמופיע באתר ההזמנות.
כל עובד רשאי להזמין 2 כרטיסים
ההטבה למשלמי מיסי ועד בלבד

עובדות עם ה❤

עם קליטתן כעובדות מן המניין בסלקום, נפתח עבור גילה בן לולו ואנאידה טדבוסיאן חלון הזדמנויות כלכלי הכולל תנאים משופרים וביטחון תעסוקתי. ראיון עם שתיים מעובדות הניקיון המסורות בחברה הדואגות לאיכות חלל העבודה של כולנו

מאת: **אלון ג'ורנו**

יש המכנים אותם "עובדים שקופים". אנחנו נתקלים בהם לא אחת במהלך יום העבודה, מדי פעם זורקים להם חיוך או הערה מתוך נימוס, אך למעשה לא תוהים על קנקנם יותר מדי. מציאות זו הינה מוכרת עבור עובדי ניקיון רבים במשק, אשר לדאבונם אינם נמנים כחלק אינטגרלי מסביבת העבודה החברתית.

אלא שבסלקום, כפי שרק אנחנו יודעים ומסוגלים, הוחלט לנפץ לרסיסים את ההגמוניה הזו. בעקבות מאמצים כבירים של ועד העובדים בראשות מיה יניב, זכו זה מכבר עובדי מחלקת הניקיון להיטמע בחברה ולהיחשב כעובדים מן המניין. המשמעות: הענקת זכויות מלאות עבורם, לרבות תנאים סוציאליים, השתתפות באירועי רווחה, מתנות בחגים ועוד שלל הטבות המתווספות להרגשת שייכות המעניקה להם תחושות סולידריות וגאווה עצמית.

שתיים מהעובדות שזכו במסגרת מהלך פורץ דרך זה לצאת לדרך תעסוקתית חדשה הן **גילה בן לולו ואנאידה טדבוסיאן.** השתיים מחזיקות ברזומה עתיר ניסיון של 35 שנים משותפות כעובדות ניקיון בסלקום, תחילה תחת קבלן, והחל מהתקופה האחרונה כעובדות חברה מן המניין.

לכבוד מגזין ראש השנה תפסנו את השתיים לשיחה על תפקיד מאתגר מדי יום המצריך לא מעט תעצומות נפש, על השינוי המהותי בעקבות הצטרפותן כעובדות סלקום, ועל היותן עובדות נאמנות המגיעות מדי בוקר לעבודה עם חיוך ואופטימיות מעוררת קנאה.

"אחרי הרבה שנים בסלקום, ההרגשה שלי כעובדת כיום היא פשוט אחרת לגמרי", מסבירה בן לולו (54) אשר עובדת בחברה זו השנה ה-15. "אם בעבר עבדתי תחת קבלן, אותו בכלל לא הכרתי, הרי שהיום בזכות המהלך של הוועד והחברה, אנחנו ממש מרגישות חלק מהמקום הזה. זה צעד שהיה צריך להיעשות כבר מזמן, אבל איך אומרים - מוטב מאוחר מאשר אף פעם לא'".

גם אנאידה (54) שבשנה הבאה תציין שני עשורים בסלקום, מצטרפת לתחושה של חברתה. ''זה לא סוד. יש הרגשה טובה. רואים שדברים משתנים, יחד עם העובדים עצמם שנותנים פידבקים טובים על הריח, הסדר והניקיון, בין אם זה במחלקות השונות, בחדרי השירותים או בשטחים הציבוריים. כחלק מהתנאים החדשים להם אנחנו זוכות, יש השקעה בחומרי ניקוי איכותיים יותר וכן ביחס כלפינו. עבורי סלקום הייתה תמיד הבית, אבל כעת אני מרגישה שהבית הזה גם מקבל אותי''.

דרך חדשה

ניכר במהלך הראיון עם השתיים כי רוחות של שינוי נושבות בסלקום, כאלו אשר הובילו אותן בתקופה האחרונה להרגיש הזדהות גדולה הרבה יותר עם מקום העבודה. ''זה מתבטא בהמון דברים, כמו חלוקת תיקים לכיתות א' לנכדה, הנופש באילת שיצאתי אליו השנה, המתנות בחגים ועוד. אלו דברים שוועד העובדים חתר אליהם, ולנו פשוט נותר להגיד תודה ענקית'', מבהירה אנאידה, שמיד עורכת השוואה לעומת תקופתה כעובדת קבלן. ''אלו דברים שבכלל לא חלמנו עליהם בחברה הקודמת. אמנם היינו עובדות כאן, אבל לא באמת היינו חלק. הייתי מעדיפה לא לקבל כלום לעומת המתנות שהיו מחלקים אז. זה היה פשוט מביך, לא כיבד אותנו ולא את מקום העבודה''.

כיצד השפיע הביטחון התעסוקתי לו זכיתן עם קליטתכן כעובדות, אצלכם בבית או עם המשפחה?

גילה: ''אני זוכה להרבה פרגונים מהילדים והמשפחה. אני מספרת להם על הירידים, על הנופש באילת. הם מתמוגגים כשהם שומעים את הסיפורים הללו. אני בהחלט מרגישה טוב יותר ברמה האישית''.

אנאידה: ''עצם זה שאני מגיעה עם חיוך לעבודה בבוקר והולכת עם אותו חיוך גם אחה''צ, זה אולי אומר הכל. אם בעבר הייתי מתעצבנת כאשר הסתכלתי על תלוש המשכורת, היום אני כמובן הרבה יותר רגועה. אני נענית לבקשות חופשות, לעומת תקופות אחרות בהן הייתי צריכה לריב ולצעוק לשם כך. מקבלים הכול בהבנה וזה אולי השינוי הגדול. הידיעה שאנחנו במקום הכי בטוח שיכול להיות עם התנאים הכי טובים במקום עבודה מסודר, בהחלט מורידה מאיתנו הרבה לחץ''.

איך נראה סדר יום העבודה שלכם?

גילה: ''אני מגיעה לבית סלקום באזור 07:30-08:00 בבוקר. מטפלת בשתי הקומות הראשונות. בהתחלה הייתי רגילה לעבוד רק במרכז השירות, חלל מצומצם שהכרתי טוב. עם קליטתנו כעובדות חברה, היקף העבודה גדל משמעותית. לא אשקר. בחודש ובחודשיים הראשונים זה לא היה פשוט. הבניין מטורף ולקח לי זמן להכיר את הכול. בעלי בימים הראשונים לא הבין איך אני חוזרת כל כך עייפה, אבל כמו כל דבר בחיים, בסוף מתרגלים להכל''.

עד כמה מאתגרת עבודת הניקיון בחברה עם כמות עובדים כל כך גדולה?

גילה: ''אנחנו עושות את התפקיד הזה כבר הרבה שנים. זה מצריך הרבה כוחות פיזיים ונפשיים, אבל אנחנו לא מתלוננות. אני מגדירה את עצמי כאישה של בוקר. יכולה לכבס, לגהץ לנקות ועוד להגיע לעבודה. אנחנו זוכות היום בזכות הוועד והרוחות החדשות בחברה לחומרי ניקיון הרבה יותר טובים, כמו סמרטוטים, שקיות ניילון וחומרים נוספים ששיפרו בצורה משמעותית את רמת הניקיון כאן''.

מה יש לכן להגיד לציבור העובדים בסלקום ?

אנאידה: ''יש עובדים טובים ויש עובדים חוצפנים. אני משתדלת להתעלם מהם, אבל לצערי יש אנשים שמתנהגים בצורה פשוט מגעילה. לדוגמא, בקפיטריה יש עובדים שיושבים ומניחים רגליים על הכיסאות. אני מנסה להעיר בנחמדות, אבל נתקלת לפעמים בתגובות לא נאותות. יחד עם זאת, מדובר בקומץ של אנשים. רוב העובדים בסלקום מעריכים את העבודה שלנו, ואנחנו משתדלות לתת עבורם את השירות הטוב ביותר''.

גילה: ''בכל מקום יש אנשים טובים יותר ופחות. אני משתדלת לקחת את הטוב מהמקום הזה ורוצה לנצל את הבמה כדי לאחל לכל העובדים שנה טובה. אנחנו נמשיך לעמוד כאן לשירותכם, להגיע כל בוקר עם חיוך לעבודה, במיוחד היום עם תנאים משופרים. אני רוצה להגיד תודה שוב לוועד העובדים. החיבוק שהם מעניקים לנו הוא לא מובן מאליו''.

ועד עובדי קבוצת
עסקת באנדל
באקדמית

הסדר מימון
לחצי מהתואר

+

מסלול לתואר
ראשון ושני
ב-4 שנים בלבד!

על כל מסלולי הלימוד,

האקדמית נתניה מזמינה אתכם להצטרף לאחד ממסלולי הלימוד לתואר ראשון ושני וליהנות ממסגרת לימודים נוחה, מרצים מבכירי התעשייה, מלגות מיוחדות ומסלולים בלעדיים שלא תמצאו בשום מקום אחר.

***2443**

www.netanya.ac.il

*כפוף לנהלי רישום ושכ"ל של המכללה לשנה"ל תשע"ט, ללא כפל מלגות, ההטבה אינה חלה על תוכני
ההטבה הינה למתחילי לימודים בשנת תשע"ט. **המל"ג אישרה את פתיחת תוכנית הלימוד לתואר ר

סלקום מציג:
לעובדי הקבוצה נתניה

+

ב-25% מלגה*

לימודי ערב
לאנשי קריירה

רק לעובדי סלקום!

תוכניות לימוד לתואר ראשון

B.A. במנהל עסקים | B.A. בתקשורת | B.A. במדעי ההתנהגות | LL.B. במשפטים | B.A. בביטוח - בלעדי בישראל
B.A. בבנקאות ושוק ההון - בלעדי בישראל | B.Sc. במדעי המחשב והמתמטיקה | B.A. בניהול מערכות מידע | B.A. בניהול מערכות בריאות**

תוכניות לימוד לתואר שני

M.B.A במנהל עסקים - שיווק | מימון | ניהול משאבי טבע, סביבה, אנרגיה ומים | ניהול פרויקטים ומערכות מידע - בלעדי
ניהול רב תחומי | סייבר ומודיעין עסקי תחרותי | M.A. בהתנהגות ארגונית ייעוצית | M.A. בתקשורת | M.A. לימודי משפט (ללא משפטנים)
LL.M. במשפטים - מסלול משפט מסחרי | M.A. בנדל"ן - בלעדי בישראל | M.A. בבנקאות ושוק ההון - בלעדי בישראל
M.H.M. בניהול מערכות בריאות

האקדמית נתניה | ועד עובדי קבוצת סלקום העתיד בידיים שלנו

ות מיוחדות ותוכניות בשכ"ל הנמוך מ-30,000 ₪. תארים שניים גובה ההטבה תינתן פרטנית לכל תואר.
אשון בניהול מערכות בריאות. הענקת התואר מותנית באישור המל"ג.

עושים ספורט

עם משה בן ארצי ואורי אורן

מאת: אלון ג'ורנו

הרשו לנו לחזור שנה לאחור. המעמד: גמר הכדורגל המרתק במסגרת הספורטיאדה אשתקד.

דקה 90. התוצאה: 4-5 בפנדלים לטובת קבוצת הכדורגל הוותיקה של סלקום. משה בן ארצי ואורי אורן, עומדים מתוחים יחד עם קבוצת מעודדים גדולה שהגיעה במיוחד לתת רוח גבית לשחקנים כל הדרך לניצחון. אלו חיכו לאות שנתן שוער הקבוצה, ששי יונה, שעצר את הפנדל האחרון ונתן את האות לפתיחת החגיגות.

הניצחון מסמל את השינוי הגדול והמקצועיות שהכניסו בן ארצי ואורן מאז מונו לתפקיד מנהלי תחום הספורט בקבוצת סלקום אשר גולת הכותרת שלה היא כידוע - הספורטיאדה .

בן ארצי ואורן מרכזים את הפעילות בשנים האחרונות. במהלך תקופה זו פעלו השניים נמרצות לפיתוח תחומי הספורט והכושר בחברה.

זהו ראיון בשניים על עולם הספורט אשר קרוב במיוחד לליבם וזוכה להשקעה רבה שבאה לידי ביטוי בתמיכה, ליווי ועידוד הספורטאים.

בחרתם בתפקיד מאתגר שלא היה מפותח מספיק בחברה. מה גיליתם עם כניסתם לתפקיד ?

משה: ''גילינו פעילות לא מאורגנת עם מספר מועט של שחקנים מתחום הכדורסל והכדורגל. הקשר היחיד ביניהם היה עצם היותם עובדי סלקום, לא מעבר לכך''.

אורי: ''הדבר הראשון שעלה לנו לראש היה כיצד אנחנו מייצרים משפחה אחת מאוחדת שתאגד בתוכה את כל הספורטאים בחברה תחת הכותרת 'הכי חזקים ביחד''.

אילו נושאים בוערים שאפתם לקדם במסגרת אחריותכם על הספורט בוועד?

אורי: ''הופתענו לגלות שאין ייצוג לקבוצות נשים בכלל. זה משהו שהיה לנו חשוב לקדם. דבר נוסף שלא ראינו בעין יפה הוא שישנן קבוצות סגורות שלא מאפשרות כניסה של שחקנים חדשים''.

משה: ''התחלנו להתעניין בכל ענפי הספורט התחרותיים שנמצאים תחת מרכז הפועל (הליגה למקומות עבודה). נדרשנו להתאים את הענפים הללו לקבוצות בסלקום ובמקביל להרחיב את תחום הספורט בחברה ככל הניתן''.

באילו תחומי ספורט השתלבו עובדות החברה ?

אורי: ''בראש ובראשונה הוקמה קבוצת כדורשת נשים שהצליחה לזכות במדליה כבר בשנה הראשונה להיווסדה. הצלחנו לרשום הישגים גם במסגרת משחקי הפועל'' .

משה: ''לי חשוב לציין באופן אישי את החיבור, המוראל הגבוה ומאמן מצוין בדמותו של צחי ביטון שהיוו נדבך חשוב בדרך להצלחה .

אורי: ''אסור לשכוח גם את שילובן של עובדות החברה בענפים נוספים כמו שחייה, ריצה, באולינג ועוד. השנה יש לנו אפילו ייצוג בענף גלישת הגלים (SUP) ''.

באיזה ענפים הקמתם קבוצות חדשות ?

משה: ''חשוב לציין שהקמת קבוצה חדשה הינה אתגר המתחיל כחלום והופך למציאות. כך הוקמו קבוצות ה SUP, טניס שולחן, כדורשת, שחיה ואופני הרים והיד עוד נטויה''.

אורי: ''התהליך מתחיל בגיוס ספורטאים, איתור מאמן, ניהול תקציב, רכש ,ציוד וביגוד''.

משה: ''אחת הקבוצות המורכבות להקמה הייתה קבוצת השחייה. החלטנו שמאמן מקצועי בדמותו

של אורי סלע (שחיין אולימפי לשעבר) תביא אותנו להישגים מהירים ותציב אותנו בשורה ראשונה מול המתחרים על המדליות''.

אילו הישגים קבוצתיים ואישיים משמעותיים של ספורטאינו אתם יכולים לציין ?

אורי: ''ההישג המרשים ביותר ברמה האישית הוא של ספורטאי בענף השחייה - אריק קוטק עם 6 מדליות אישיות בספורטיאדה אשתקד וזכייה בתואר הספורטאי המצטיין במסגרת משחקי הפועל''.

משה: ''ברמה הקבוצתית אי אפשר לציין ענף אחד בלבד. רשמנו הישגים מרשימים כמעט בכל ענף בו השתתפנו והבאנו גאווה ואחדות לקבוצת סלקום''.

עד כמה הביחד שהצלחתם לייצר בין כולם תרם להצלחת הספורטאים שלנו בספורטיאדה האחרונה?

משה: ''הצלחנו לייצר חבורה אחת ומלוכדת עם מרקם חברתי מצוין. כל מי שהיה פנוי ולא נמצא בפעילות או בתחרות הגיע לעודד במשחקים ונתן רוח גבית לחברי המשלחת''.

תחום נוסף שנמצא תחת אחריותכם הינו חדרי הכושר בבית סלקום ומת"ם חיפה. האם גם שם הולכים להיות שינויים?

משה: ''התחלנו בתהליך רענון של מתחמי חדרי הכושר הכוללים: חידוש המכשירים והאביזרים הנלווים לצד פתיחת חוגים חדשים. עשינו זאת במטרה להעלות את המודעות לבריאות וספורט בקרב העובדים''.

אורי: ''אחד החוגים המעורבים (נשים/גברים) המעניינים שפתחנו והצליח להפתיע ברמת הביקוש אליו הינו חוג ריקוד בסגנון STREET DANCE, מאות עובדים נרשמו ואולי אפילו נצא למסע הופעות ארצי, אומר אורן וחיוך רחב מרוח על פניו''.

לקראת הספורטיאדה ה-38 באילת 9.10.18

הספורטיאדה מוגדרת כאולימפיאדה הלא רשמית של ציבור העובדים במדינת ישראל.
השנה ייצגו את סלקום לראשונה מעל ל-100 ספורטאים שינסו לרשום הישגים מרשימים יחד עם כבוד וגאווה לקבוצה.
בן ארצי ואורן כבר מתכוננים למשחקים: ''אנחנו מלאים גאווה שהצלחנו לייצר משפחה ספורטיבית מאוחדת וחזקה תחת הסמל שמאפיין את כולנו "הכי חזקים ביחד ביחד"

NYX
HERZLIYA
Our business is
YOUR PLEASURE
ניקס הרצליה. רחוב אבא אבן 19, פינת נעמי שמר, הרצליה פיתוח
NYX HERZLIYA. Abba Eban and Naomi Shemer Corner, Herzliya
www.nyx-hotels.co.il

שי רלר
מחובר לחיים

מאת: **אלון ג'ורנו**

זהו סיפור מעורר השראה, סיפור על הצלחה כנגד כל הסיכויים ובעיקר על רצון בלתי מתפשר לבחור בחיים. תכירו את שי רלר, אנליסט בסלקום מזה 7 שנים, בן 37, שהספיק במהלך חייו "להיוולד פעמיים". מבולבלים? אנו ממליצים לכם לקרוא בעיון את הראיון שלפניכם ולהיווכח באחד מהסיפורים הסנסציוניים שלא יותיר אתכם אדישים

הסיפור של רלר, כמו רבים וטובים, מקורו בטיול לאחר צבא. אחרי שירות מאתגר של חמש שנים בצבא, מהן שנתיים כקצין, החליט לצאת לטיול בנפאל. לאחר שסיים אחד הטרקים הכי מפורסמים ומוכרים שיש במדינה- סובב אנאפורנה, יחד עם מספר חברים, עלה על אוטובוס כדי להגיע לקטמנדו, עם הפנים לארוחת ערב ראש השנה חגיגית בבית חב''ד המקומי.

אלא שהגורל רצה אחרת. במהלך הנסיעה איבד הנהג שליטה באחד מהסיבובים. האוטובוס התדרדר עשרות מטרים לתוך תהום ונחת בתוך נהר. כתוצאה מהנפילה קיבל רלר מכה חזקה בצוואר. אחרי סדרת טיפולים מקומיים ארוכים וכואבים, הוטס חזרה לישראל לסדרת בדיקות מקיפה. בראיון מיוחד עבור מגזין ועד עובדי קבוצת סלקום, חושף שי את רגעי הדרמה בהם נע בין חיים למוות, על השיקום הפיזי והנפשי הארוך מהפציעה, ועל ההחלטה החד משמעית לבחור בחיים.

''אף אחד לא מצפה שהחיים שלו ישתנו מן הקצה אל הקצה כל כך מהר, אבל זו המציאות שאני מתמודד איתה כבר קרוב לעשור'', הוא מספר בגילוי לב נדיר.

> וכך מצאתי את עצמי עם הפנים בתוך המים בלי יכולת לנשום. למזלי החברים שהיו איתי הצליחו לשבור את אחד מהחלונות של האוטובוס ולמשות אותי החוצה.

אוטובוס האימים

קשה לפספס את כיסא הגלגלים והמטפל הצמוד אל רלר. אתם צופים בו במסדרונות, במעלית או סתם לכמה רגעים בין שלל המשימות בעבודה, אבל סביר להניח שרבים מכם לא מכירים את הסיפור המטורף שעומד מאחורי מצבו.

פציעתו של רלר התרחשה דווקא במקום בו ציפה להתחיל את חייו הבוגרים. הוא טייל כמספר חודשים בהודו, תקופה אותה הוא מתאר כגן עדן עלי אדמות. ''התאהבתי בהודו על כל גווניה - הטעמים, הריחות, הנופים ובמיוחד האנשים. התחלתי את הטיול בצורה הכי אופטימית שיש ובהרגשה ממש על גג העולם''.

אחרי הטעימה המופלאה מהודו, המשיך רלר כאמור לטראק המפורסם בנפל המקיף את כל רכס הרי ההימלאיה - סובב אנאפורנה. ''החלטנו לעשות את המסלול כמה שיותר מהר על מנת להספיק לחגוג את ראש השנה בבית חב''ד'', נזכר שי בתחושת ההתעלות שהתהפכה מהר מאוד לרגעי אימה של ממש . ''סיימנו את המסלול תוך 15 יום בתחושה מדהימה ועלינו על אוטובוס בדרך לעיר הבירה, קטמנדו. הנסיעה עצמה הייתה מפחידה. כבישים רעועים ואוטובוס מפוצץ באנשים. למרות הכול, אנחנו היינו באופוריה אחרי מסלול מדהים. באופן סימבולי האזנתי באוזניות לשיר ''סוף העולם'' של אביב גפן וברי סחרוף ונרדמתי. כשהתעוררתי, הבנתי שמשהו רע קורה. התברר שהאוטובוס איבד שליטה והתדרדר לתהום מצלע הר בגובה של 25 מטר. לי יש בעיקר בלאק אאוט מאותו רגע. היו כמה שניות של שקט ובבת אחת החלו צעקות. נפלנו לתוך נהר, וכך מצאתי את עצמי עם הפנים בתוך המים בלי יכולת לנשום. למזלי החברים שהיו איתי הצליחו לשבור את אחד מהחלונות של האוטובוס ולמשות אותי החוצה. דיממתי הרבה, אבל איכשהו הצליחו לאסוף אותי לג'יפ שלקח אותנו לבית חולים מקומי''.

> ''הוא אמר להם שהוא נאלץ לקבוע את המוות שלי'', משחזר שי את האבחנה ההזויה מבלי להניד עפעף. ''רגע לפני שהכריז על כך סופית, הוא דפק לי על החזה. באותה שנייה, ממש כמו בסרט, פתחתי את העיניים והצלחתי לקום מעט.

מה חושבים באותם רגעים?

''האמת שלא הרבה. לא ממש הייתי מודע למצב שלי, אבל ריכזתי את כל המאמץ הגופני שלי בניסיון לשרוד. אני זוכר שעלינו לטרמפ כשאני בהכרה מלאה. שכבתי על הברכיים של אחד החברים שלי, שבדיעבד הציל אותי. הוא החל להנשים אותי, וגם דחף יד לפה כדי שלא אבלע את הלשון. אני מבין היום שבאותן שניות הייתי בין החיים למוות. כשהגענו לבית החולים, התברר שבתאונה נהרגו 15 אנשים, כולל המדריך שלנו שישב משמאלי באוטובוס''.

היום שאחרי

האבחנה הראשונית הייתה קשה. מספר דקות אחרי שהגיע לבית החולים, מסר הרופא המקומי לחבריו של שי את הנורא מכל. ''הוא אמר להם שהוא נאלץ

לקבוע את המוות שלי'', משחזר שי את האבחנה ההזויה מבלי להניד עפעף. ''רגע לפני שהכריז על כך סופית, הוא דפק לי על החזה. באותה שנייה, ממש כמו בסרט, פתחתי את העיניים והצלחתי לקום מעט. אני רק זוכר שראיתי משהו כמו חלל לבן גדול. אפשר לומר שממש קמתי לתחייה באותו רגע, הרי הייתי רחוק כמה רגעים מהעולם הבא''.

איך מעכלים סיפור מטורף שכזה?

''יש לי כבר כמה שנים סדרת הרצאות שאני מעביר ברחבי הארץ על הסיפור שלי. האמת היא שבשום שלב לא חשבתי שאני עומד למות, פשוט כי כנראה לא הבנתי את עוצמת הסיטואציה. מסתבר שהרופא שניתח אותי היה פרופסור, שהוא לא אחר מאשר שר הבריאות של נפאל. הסיפור הוא בהחלט הזוי, אבל אני בוחר להסתכל על חצי הכוס המלאה ועל אף הקשיים והאתגר היומיומי הקשה, אני מרגיש זכות על העובדה שנשארתי בעולם הזה''.

מבית החולים בנפאל הוטס שי ישירות לבית החולים תל השומר, שם בילה שנה שלמה במהלכה התוודע לחומרת הפציעה הקשה שהותירה אותו משותק מהצוואר ומטה כמעט לחלוטין. ''הבנתי די מהר שאני לא מסוגל להזיז חלק גדול מהאיברים'', מגלה שי. ''רציתי לקוות שהמצב ישתפר, כך שבשום שלב לא הסכמתי לוותר, למרות שהיום אני כמובן מבין שאי אפשר לשנות את המציאות''.

> הסיפור הוא בהחלט הזוי, אבל אני בוחר להסתכל על חצי הכוס המלאה ועל אף הקשיים והאתגר היומיומי הקשה, אני מרגיש זכות על העובדה שנשארתי בעולם הזה''.

איך המשפחה והסובבים אותך הגיבו לפציעה?

''90 אחוז מהסובבים אותי הם אנשים מדהימים, לרבות המשפחה והחברים שתמכו בי בצורה בלתי רגילה ועזרו לי לצלוח את התקופה הקשה. היו לי במהלך הדרך המון עליות וירידות. להיפצע בצורה כל כך קשה ולאבד את העצמאות שלך, זה דבר שאני לא מאחל לאף אחד. עברתי רכבת הרים רגשית גדולה מאוד, הייתי בוכה בלילות, בעיקר בגלל העובדה שלא רציתי להוות נטל על אף אחד''.

איך חוזרים לחיי שגרה במציאות החדשה שנכפתה עליך?

''בעיקר לומדים להעריך את ההצלחות הקטנות בחיים. אני זוכר שההצלחה הראשונה שלי הייתה לעבוד עם עכבר של מחשב. ההצלחה הזו הובילה אותי להצלחות נוספות, כמו לסיים תואר ראשון בכלכלה במרכז האקדמי רופין. אלו דברים שלא הייתי מצליח להגיע אליהם אילולא התמיכה של הקרובים אליי. בהמשך זכיתי לעוד הצלחה כשהתקבלתי לסלקום. שלחתי המון קורות חיים, בחלקם אפילו הסתרתי את העובדה שאני נכה. לשמחתי בסלקום קיבלו אותי על אף המגבלה, ולרגע לא נתנו לי את ההרגשה שאני שונה''.

היו לי במהלך הדרך המון עליות וירידות. להיפצע בצורה כל כך קשה ולאבד את העצמאות שלך, זה דבר שאני לא מאחל לאף אחד. עברתי רכבת הרים רגשית גדולה מאוד, הייתי בוכה בלילות, בעיקר בגלל העובדה שלא רציתי להוות נטל על אף אחד".

לפני מספר שנים התחתנת. זה אולי אחד ההישגים הכי גדולים שלך?

"ללא ספק. עבור בעלי מוגבלויות, בעיקר נכים שמשותקים, יש קושי בהיכרות רומנטית. גם לי זה לא היה פשוט. נאלצתי לספר על המצב הפיזי שלי די מהר. לפעמים נתקלתי בגילויי רחמים, אבל לשמחתי יצאתי בסופו של דבר עם אהבה. הכרתי את עידית, שבהמשך הפכה לאשתי וביחד הקמנו בית בישראל".

מעבר לתפקידך בסלקום, אתה משמש גם כרכז ירידי נגישות בסלקום. עד כמה חשוב לך התפקיד הזה?

"חשוב לי לציין שאת הבמה בסלקום ואת הרעיון לתפקיד הזה הגתה מיה יניב, יו"ר ועד העובדים. היא ענתה לי למייל ששלחתי אליה בצורה מאוד מרגשת ומובילה את המודעות לתהליכי נגישות בסלקום, ועל כך אני חייב להודות לה. ברמה האישית, חשוב לי מאוד לשפר את סביבת העבודה כך שתתאים לבעלי מוגבלויות. זו כנראה השליחות שלי, ואחת הסיבות שמישהו שם למעלה בחר להשאיר אותי בעולם הזה".

שמן קנאביס

כל מה שרציתם לדעת

מוות של תאי סרטן וצמצום התפשטות הגרורות

מחקרים רבים לאורך השנים האחרונות הצליחו להוכיח את סגולותיו של צמח הקנאביס במלחמה על התפתחות תאים סרטניים, לרבות דרך הטיפול, התופעות וממצאי המחקרים.

מקורו של צמח הקנאביס, כך משערים החוקרים, הוא באזור מזרח אסיה, והשימוש בו החל לפני לפחות 15 אלף שנים, כנראה בתור צמח ריפוי. בצמח חד שנתי זה ממשפחת הקנאביים ישנם שני חומרים פעילים עיקריים (קנבינואידים) - THC ו-CBD.

ל- THC (Tetrahydrocannabinol) נהוג לציין תופעות משכרות ומשנות תודעה ואילו ל-CBD (Cannabidiol) בעיקר השפעות רפואיות הנוגעות למערכת החיסונית. כל אחד מהחומרים הללו עובד על קולטנים אחרים בגוף.

שמן ריק סימפסון

בשני העשורים האחרונים החלו להתפתח מחקרים רבים אודות השפעותיו של הקנאביס על מחלת הסרטן. מעבר לטיפול בסימפטומים כגון בחילה, כאבים חוסר תיאבון, דיכאון, צניחת אנרגיה, חרדות, נדודי שינה ועוד, החלו לראות קשר ישיר בין השימוש בקנאביס לבין תופעות אנטי-סרטניות הכוללות מוות של תאי סרטן וצמצום התפשטות גרורות.

בהקשר לכך חשוב לציין כי המערכת האנדוקבינואידית היא מערכת מקיפה אשר פעילה במודלים ביו-כימיים רבים בגוף שאחראים על שמירת ההומאסטוזיס במערכות השונות, לרבות מערכת העצבים המרכזית וההיקפית, תאים סומטים, מערכת הדם והמערכת החיסונית.

ריק סימפסון גרם לפריצת דרך משמעותית בתחום כאשר חלה בסרטן העור והצליח לרפא את עצמו באמצעות שמן קנאביס, הידוע בשם "שמן ריק סימפסון". הוא יצר מתכון לשמן אשר בימים אלו נחקר רבות וכבר הוכח לא מעט פעמים כמועיל במיוחד. הרשות אמריקנית למלחמה בסמים, כמו גם המכון האמריקני לחקר הסרטן אישרו את הקביעה שחומר זה יכול להוות תרופה לסרטן.

שמן הקנאביס מיוצר בעיקרון על ידי הפרדת השרף מתוך הפרח באמצעות תהליך מיצוי, על מנת להגיע לרמות של חומר פעיל (THC או CBD) גבוהות במיוחד.

אין לבלבל בין שמן זה לבין שמן המפ - אשר גם הוא מיוצר מצמח הקנאביס אך מכיל כמויות זעומות של THC ועל כן נחשב חוקי ואף מכונה מזון-על. יש לציין ששמן זה נאסר בישראל על ידי משרד הבריאות

מחשש לזליגה לשוק החופשי, גם במחיר חייהם של חולים רבים.

בשנת 2006 נערך בספרד מחקר בראשות ד"ר מנואל גוזמן, אשר בדק את הטיפול בשמן על חולים בסרטן המוח, לאחר שהטיפול הכימותרפי והקונבנציונלי נכשל. עבור כל החולים שנבדקו- אצל כולם הפסיקה צמיחת התאים בגידול, ואף חלה נסיגה קלה.

נראה כאילו ה-THC בורר סלקטיבית את תאי הסרטן ומשמיד אותם, ממש כמו חץ יירוט, בעוד שהוא משאיר את התאים האחרים ללא פגע. כמו כן הוא גם פוגע באנגיוגנזה אשר אחראית על יצירת כלי הדם המזינים את הגידול.

דוגמה לדרך הפעולה של קנבינואידים ניתן לראות בפעילותם על סרטן הפרוסטטה שהוכח בחודשים האחרונים באמצעות דניס היל, ביוכימאי מאוניברסיטת יוסטון ארה"ב, בזמן שעבד על מחקר רפואי, וחלה במחלה זו.

CBD והשפעותיו

על גבי הקרום הברנרי של תאים סרטניים מצויים קולטני CB1 אשר ל-THC יכולת להיקשר אליהם ולגרום לתא להתחיל לייצר סרמיד אשר אחראי על פעילות בקרה רבה בתא הכוללים מוות מתוכנן של תאים ופגיעה בפעילות המיטוכנודריה בתא שאחראית לייצור האנרגיה. דבר זה גורם להפרשת ציטוכורום C וחומרים מחמצנים לחלל התוך-תאי, עד שהתא מפסיק לתפקד ומת.

הקנבינואיד השני אשר יכול לתפקד כגורם אנטי סרטני הינו ה-CBD. עבודתו העיקרית של ה-CBD היא להפריע לרשתית האנדופלסטמית המצויה בתאים הסרטניים. בזמן תהליך השמירה על ההומואסטוזיס ומאגר הסידן התקין בתא, נוצר עודף של סידן בציטופלסמה שבתא, דבר שבדרך כלל יוביל למותו.

דרך פעולה שנייה של ה-CBD היא להאיץ את תהליך האפופטוזיס - מוות מתוכנן של תאים על ידי שבירה של חלבונים ופפטידים בתוך התא עד למותו.

יצוין כי כל התהליכים הללו הינם ייחודיים לתאי סרטן ותאים רגילים בגוף אינם נפגעים מכך. דוגמא נוספת לכך ניתן למצוא על ידי סקירת מחקרו של ד"ר שון מקאליסטר מסן פרנסיסקו, אשר בדק את השפעותיו של החומר הפעיל השני בצמח (CBD) וגילה שהוא מצליח לעכב את התפתחותו של גידול סרטן הריאות וגרורותיו יחד עם שגשוג התאים הסרטניים. הוא גילה את התופעה הזו הודות לשינוי בגן 1ID - חלבון אשר משחק תפקיד מרכזי בגדילת התא הסרטני.

גן זה פעיל בשלב העוברי של התפתחות האדם, ולאחר מכן מפסיק לפעול. יחד עם זאת, בסרטן ריאות ועוד כמה סוגים נוספים של סרטן, הגן חוזר שוב למצב פעיל, וגורם לתאים ממאירים להפוך לסרטניים.

ישנם עשרות סוגי סרטן אגרסיביים אשר מתבטאים בעזרת גן זה, כאשר השימוש ב-CBD יכול להיות פורץ דרך חדשני שישמש כתרופה כנגדם. טיפול תרופתי זה הינו שינוי מרענן המציע תחלופה ללא כימיקלים, חומרים מזיקים ואינספור תופעות לוואי אשר מלוות בדרך כלל לטיפול הכימותרפי הנפוץ במקרים אלו.

מעבדתו של מקאליסטר חקרה גם את השילוב של CBD יחד עם הטיפול התרופתי המקובל על מנת לנסות ליצור את ההשפעה המקסימלית שניתן עם כמה שפחות תרופות מזיקות.

חוקרים מאוניברסיטת סיינט-ג'ורג' שבלונדון הבחינו גם כן בתבנית דומה עם THC שמגדילה את האפקטיביות של המערכות החיסוניות כנגד התפתחות התאים הסרטניים בלוקמיה (סרטן הדם). עוד נמצא שיש תלות בכמות הקנבינואידים, כלומר ככל שמנות הקנבינואידים יותר מרוכזות, כך הפעילות של התרופה חזקה יותר.

למרות כל הפוטנציאל העצום המצוי בצמח הזה, רבים חושבים שהמחקר הרפואי בכל הנוגע לפעילות החומר בהקשר הסרטני הינו דל למדי, ועל מנת למצות את מלוא הפוטנציאל מצמח זה ולחשוף את כל סגולותיו, יש להבין לעומק את כל המאפיינים בזני הקנאביס השונים אשר להם יכולה להיות האפשרות להילחם במחלה השכיחה וההרסנית ביותר בעולם המערבי כיום.

אולם ישנה גם אופטימיות והערכות כי מדובר בענף שיתחיל לשגשג בקרוב מאוד, תוך ציפייה כי בעתיד הוא יוביל לתוצאות טובות במיוחד.

אין ספק שישנה בשנים האחרונות מגמת עלייה עולמית חיובית כלפי הגישה אל השימוש בקנאביס, שימוש חופשי ככלל ורפואי בפרט. ישנן מדינות שכבר הפכו את הדבר למעוגן בחוק, כולל מדינות בתוך ארה"ב. לנו נותר רק לקוות שככל שירבו המחקרים והעדויות, כך יקבל שמן הקנאביס תהודה רבה יותר ברחבי העולם, בדגש על האספקט של סגולותיו הרפואיות.

"מועמדים ללימודים אקדמיים לא יבחרו במוסד שלא מלמד פרקטיקה אמיתית ובצדק"

על הכותרת חתום פרופ' דוד מרון, נשיא מל"א, המרכז ללימודים אקדמיים השוכן באור יהודה אותו פגשנו לשיחה על לימודים אקדמיים

אז בעצם אין צורך יותר בלימודים אקדמיים כאמצעי להתפתחות אישית ומקצועית?

"ממש לא. לימודים אקדמיים היוו וימשיכו להוות בסיס לפיתוח וקידום בכלל ופיתוח החשיבה ויכולת פתרון בעיות בפרט. מרבית הפיתוחים הטכנולוגיים וההתקדמות ,בכל תחומי חיינו, החלו באקדמיה. עם זאת, העולם משתנה ויחד איתו גם הציפיות שיש לסטודנטים ממוסד הלימודים".

במה זה בא לידי ביטוי?

"רבות דובר ונכתב על דור ה- Y וה- Z, אותם חבר'ה, בגילאי ה- 20 ותחילת שנות ה- 30. אנשים מאוד איכותיים ומאוד ביקורתיים שרוצים לעצמם את הטוב ביותר, שגדלו לתוך מהפיכה דיגיטלית אדירה המאפשרת להם גישה למידע שהיה נחלת מעטים, והיום שואלים את עצמם למה בעצם ללכת ולהשקיע 3 שנים בלימודים אקדמיים שהרבה פעמים הקשר בינם לבין המציאות הוא קלוש. איך זה יעזור לי להתפתח, להתקדם ולהגשים את החלומות שלי".

ולמה באמת זה כדאי להם?

"זו בדיוק השאלה שאני שואל את עצמי ואת הסגל האקדמי שלנו בכל יום, ולצערי, זו שאלה שמרבית המוסדות בארץ לא מתייחסים אליה. מבחינתם, תפקידם המרכזי הוא לפתח את המחקר ולגדל חוקרים, מטרה נעלה וסופר חשובה, אך היא מתאימה לחלק מהסטודנטים שרוצים להישאר במחקר. לשאר זה בכלל לא רלוונטי. צריך להבין, בשוק העבודה לא מתגמלים אותך על מה שאתה יודע אלא על מה שאתה מסוגל לבצע עם הידע שצברת ולכן רק למידה במוסד אקדמי שממיר את הידע הנלמד ליכולות מקצועיות יהיה רלוונטי".

ומה במל"א אתם עושים שונה משאר המוסדות?

"שאלה מצוינת. אנחנו במל"א מנסים, בכל יום, לשאול את עצמנו איך אנחנו יכולים להקנות לסטודנטים שלנו כלים מקצועיים ועדכניים שיסייעו להם, כבר במהלך הלימודים , לקדם, לשפר ולהוביל מהלכים חדשניים שיזניקו אותם ואת הארגון בהם הם נמצאים קדימה. לצד זה, אנחנו עמלים על שילוב של קורסים מקצועיים לחלוטין בתוכניות הלימוד, שיאפשרו להם להתפתח מקצועית בתחומים הרלוונטיים ביותר. יש כאן שילוב בין האקדמיה לבין הפרקטיקה, התכל'ס".

אמרת תכל'ס, אבל זו תשובה קצת מעורפלת. איך הדברים באמת באים לידי ביטוי?

"תראה, יש הרבה מאוד דברים שאנו עושים שמתאימים בצורה שונה לכל תוכנית לימוד. אתן לך כמה דוגמאות: ראשית אנחנו מקיימים קשרים הדוקים מאוד עם התעשייה. יש לנו ועדות מייעצות כמעט בכל תוכנית, המורכבות מבכירים בתחום הרלוונטי, שתפקידם לשקף לנו את צורכי השוק ותפקידנו לשלב את התובנות שלהם בתוכניות הלימוד. בנוסף, אנו מפעילים מערך הרצאות אורח רחב מאוד שתפקידו להקנות לסטודנטים הבנה של איך מה שהם למדו בשיעור בא לידי ביטוי בשטח, לא רק בתיאוריה. כמו כן, סטודנטים לתואר שני במנהל עסקים לדוגמא, משתתפים בתוכנית מנטורינג, במהלכה הם מצוותים לבכירי המשק ולומדים מהם איך זה לנהל חברות ענק על המורכבויות הרבות שבהן".

על כל אלו , גולת הכותרת מבחינתי היא ה- CAREER BOOSTER, מערך הקורסים והתעודות המקצועיות שאנו מעניקים בשיתוף גופים מובילים במשק. סטודנטים ממגוון הפקולטות יכול ללמוד קורסים מקצועיים לחלוטין המשולבים בתוכנית הלימוד שלו. קורסים כמו: ניהול דיגיטל, אפיון חווית משתמש, ניהול חווית לקוח, ניהול פרוייקטים ועוד. אלו קורסים שבוגרי תארים משלמים עליהם עשרות אלפי שקלים לאחר שסיימו לימודים אקדמיים והם עושים זאת כי הם לא מצליחים להשתלב או להתקדם. אצלנו זה בתוך התוכנית.

עוד דוגמא? אנחנו מעניקים לתלמידי התואר הראשון במערכות מידע ניהוליות 4 תעודת מקצועיות כבר בשנה הראשונה ותחילת השנייה בתחומים כמו: תכנות פייתון, פיתוח אפליקציות לאנדרואיד, QA ותכנות HTML5.

דמיינו לעצמכם סטודנט שכבר במהלך הלימודים משתלב בחברה בתחום אותו למד או לחליפין מתקדם לתפקידים נוספים בעזרת הידע המקצועי , ולאחר עוד שנה או שנתיים מסיים תואר ומתמודד על תפקידים בכירים יותר. הוא ביתרון אדיר על פני חברין שלא עשו כן ומגיעים ללא הניסיון והפרקטיקה".

על כל אלו, אנו מדגישים גם את הצד היזמי, ומציעים לסטודנטים להצטרף ל-מל"א-HUB, חממת היזמות הטכנולוגית שהוקמה על מנת לסייע לסטודנטים לפתח מיזמים עסקיים ולהציגם למשקיעים. ויש עוד הרבה מה לספר".

לסיום, מה אתה מייעץ לשוקלים לימודים אקדמיים?

"ראשית אני רוצה לברך אותם על ההחלטה ומייעץ להם לבחור תמיד במוסד אקדמי המעניק להם כלים אמיתיים שיסייעו בהגשמת חלומותיהם".

פרופ' מרון, תודה רבה ושנה טובה.

מל"א תוכניות לימוד

מל"א
המרכז
ללימודים אקדמיים
לחלום. להגשים. להצליח.

הפקולטה לניהול ע"ש סרנת

- **BA במנהל עסקים** במסלולים: שיווק וניהול מותגים, מימון ובנקאות, יזמות.
- **BA בניהול משאבי אנוש.**
- **MBA במנהל עסקים** בהתמחויות: שיווק בהתמקדות שיווק דיגיטלי | ניהול משאבי אנוש | מימון ובנקאות בהתמקדות ניהול סיכונים | ניהול בינלאומי.

הפקולטה לפסיכולוגיה

- **BA בפסיכולוגיה חד חוגי.**
- **BA בפסיכולוגיה וניהול משאבי אנוש.**
- **MA בפסיכולוגיה חינוכית**
- **MA בפסיכולוגיה התפתחותית.**

הפקולטה להייטק

BA במערכות מידע ניהוליות במיקודים:
סייבר ואבטחת מידע | דאטה סיינס | ניהול מערכות מידע פיננסיות | רובוטיקה ו-IOT במערכות מידע | ניהול טכנולוגי.

הפקולטה למקצועות הבריאות

BA במנהל מערכות בריאות בהתמחויות: ניהול מחקר קליני | ניהול תחום גרונטולוגיה יישומית.

הפקולטה לחינוך

BA בחינוך+ אפשרות השלמה לתעודת הוראה.
MA בייעוץ חינוכי.
MA בחינוך במגוון התמחויות.

הנחות ייחודיות לעובדי סלקום! לפרטים: 1.800.40.40.90
www.mla.ac.il

שומרי הסף

זה שיש כסף לא אומר שצריך לבזבז אותו

מאת: **אלון ג'ורנו**

חלק בלתי נפרד מההצלחה של ועד העובדים בקבוצת סלקום מאז הוקם לפני 4 שנים מתבסס על איתנות כלכלית ולוגיסטית שמקורה הן בתקציבי רווחה במסגרת ההסכם הקיבוצי מול הנהלת החברה, והן כתוצאה מעבודה שקולה ואחראית של הגזבר, ליאור זדה ומנהל הלוגיסטיקה, ליאור דרין.

השניים מצליחים לנהל ביד רמה אופרציה יוצאת דופן תוך שמירה ובקרה על כספי העובדים, דאגה לחלוקת ציוד ומתנות בצורה שוויונית ומהירה, והכל תוך שמירה על שקיפות וכבוד הדדי. פגשנו את הצמד המוערך לראיון מיוחד בו הם מגוללים את העשייה הבלתי נלאית שלהם הן במסגרת החברה והן במסגרת ועד העובדים.

נפתח עם ליאור זדה (40, נשוי + 3, מתגורר במושב אחיעזר הסמוך לירושלים, בוגר תואר ראשון בכלכלה ומנהל עסקים ותואר שני במימון) המכהן בשני תפקידים, גזבר הרווחה המשותפת של סלקום מזה כ-4 שנים וכן כגזבר הוועד מאז יום הקמתו. הוא מגדיר את עצמו כ"איש של מספרים", הינו אמון על ניהול תקציב הוועד ומתפקידו לדאוג לשמירה על הכסף של כולנו במסגרת תשלומי מיסי הוועד (04).

''חשוב לי שהעובדים יידעו שהם יכולים לישון בשקט בלילה'', מבהיר זדה כבר בפתח דבריו. ''הכסף שלהם שמור טוב טוב אצלנו. זה לא אומר שלא מוציאים ומבזבזים אותו על פינוקים והטבות שונות עבורם במסגרת הרווחה, אבל באותה נשימה אני יכול לומר שהכול נעשה בשיקול דעת ובמקסימום חסכון

אם צריך לריב עם אנשים למען המטרה הזו בתוך הארגון או מחוצה לו עם ספקים, אנחנו עושים זאת. התמורה שהעובדים מקבלים בסופו של יום לעומת המיסים שהם משלמים, היא גבוהה ביותר. אנחנו ממקסמים את התשלום שלהם והופכים כל שקל לפחות ל-3 שקלים. תבדקו אותי''.

האם העובדה שהכסף של העובדים נשאר במערכות סלקום יוצר בעייתיות?

''סלקום הוא ארגון גדול מאוד, מסועף ובירוקרטי. יש המון ידיים שלא קשורות בתהליך שנוגעות בשרשרת הכספים, מרגע שהכסף אמור להיכנס דרך ההסכם הקיבוצי, משם למערכות ועד למעבר לספקים. לא כולם לויאלים לתהליך השמירה על הכסף ולבקרה עליו. העיסוק שלי במסגרת הרווחה הוא בדיוק לשם כך - לבקר את הוצאת הכספים וכאשר כבר מוציאים אותו, לעשות זאת בצורה שקולה ואחראית''.

כיצד אתה מסביר את העובדה שההתנהלות הכלכלית במסגרת הוועד בסלקום השתפרה פלאים בשנים האחרונות?

''יושבת ראש הוועד, מיה יניב, דואגת שהתקציב יהיה משמעותי כדי שנוכל לנהל תכנית ארוכת טווח. אנחנו מתכננים 3 שנים קדימה ויודעים כיצד לנהל את הדברים באופן הכי נכון. בהסכם הקיבוצי החדש קיבלנו 20 מיליון שקל עבור הרווחה, בראייה של כמה שנים קדימה. זה נתן לנו הרבה אורך נשימה וזהו בעצם הסוד שמאפשר לנו לדאוג לעובדים, וגם להישאר עם יתרה בבנק''.

''עובדים 28 שעות ביממה''

הצלע השנייה בראיון הוא כאמור ליאור דרין (47, נשוי +3) המשמש אף הוא בשני תפקידים - מנהל מחסן ציוד מערכות בחברה וכמנהל הלוגיסטיקה ארצי בוועד העובדים.

דרין מספר כי הביא לפעילותו בוועד ניסיון רב שצבר במשך שנות עבודתו בחברה. ''זה תחום שאני אוהב ומתחבר אליו. אני שמח על הזכות שניתנה לי לסייע גם במסגרת הוועד. כמובן שהפעילות הזו היא בהתנדבות, אך אני נהנה ממנה ומרגיש שאני מגשים את עצמי דרכה''.

מהי אופי הפעילות שלך כמנהל לוגיסטיקה במסגרת הוועד?

''אני אחראי על הניהול האופרטיבי של כל הפרויקטים וההפקות שהוועד מקדם, לרבות נופשי החברה, אירועי רווחה, הפקות מיוחדות ועוד, החל מרמת ההובלות והמיתוגים, ההקמות, השינועים והיד עוד נטויה. אני משתדל ללמוד מכל פרויקט ולנסות להשתפר. טפו טפו, אני מרגיש שאני עומד בזה בצורה יפה''.

> הכסף שלהם שמור טוב טוב אצלנו. זה לא אומר שלא מוציאים ומבזבזים אותו על פינוקים והטבות שונות עבורם במסגרת הרווחה, אבל באותה נשימה אני יכול לומר שהכול נעשה בשיקול דעת ובמקסימום חסכון. אם צריך לריב עם אנשים למען המטרה הזו בתוך הארגון או מחוצה לו עם ספקים, אנחנו עושים זאת.

עד כמה סיזיפית העבודה שלך ביום-יום?

''אנשים לא מבינים עד כמה קשה אנחנו עובדים, אבל אנחנו לרגע לא מתלוננים. לאחרונה התווספו עוד 60 סניפים של דינמיקה סלולר לשורות החברה, וזה מצריך עוד התנהלות מול לא מעט גורמים באזורים נרחבים בארץ, כמו ראש העין, נהריה ואשקלון.

הפרויקטים במסגרת הוועד הם גרנדיוזיים, ראו ערך נופש החברה שהוא אופרציה פשוט עצומה לכל דבר.

מהסיבה הזו שעות העבודה שלי הן מטורפות. פעם אחת קיבלתי תלונה על כך שאני עובד יותר מ-14 שעות. לפעמים אני לא מרגיש כיצד הזמן טס. זה גוזל אנרגיות, אבל אני גם נהנה על הדרך. מישהו פעם אמר לי שאנחנו בוועד עובדים 28 שעות ביממה. אני בהחלט יכול להתחבר למשפט הזה".

אתה אחראי גם על מחסן הרווחה המשותפת. יש שם לא מעט אוצרות שהצטברו. האמנם?

"אכן יש שם הרבה מאוד ציוד שנאגר במשך השנים. חלק מהציוד והמתנות שהצטברו נשלח לתרומה עבור בית החולים דנה לילדים. זו פעילות מבורכת שאנחנו מתכוונים להמשיך בה למען הקהילה, באישור הרווחה של ועד העובדים והחברה. בהזדמנות זו אני מזמין עובדים שמעוניינים לתרום מוצרים לפנות אלינו ולרווחה המשותפת".

עם הפנים קדימה

רגע לאחר החתימה על ההסכם הקיבוצי החדש, כעת נשואות פניהם של זדה את דרין לקראת האתגרים הקרובים ושלל הפעילויות שמצפות לעובדים, עליהם ימשיכו לפקח ביד רמה.

"בסופו של דבר ברגע שאנחנו זוכים לפידבקים חיוביים ורואים את העובדים מחייכים, אנחנו מבינים שהעבודה שלנו שווה את הכל", מסביר זדה.

האם יש דברים לשפר לקראת ההתנהלות בעתיד מבחינת הוועד?

דרין: "בכל אירוע אנחנו לומדים דברים חדשים ומנסים להשתפר. אני למשל לא נולדתי איש לוגיסטי. אלו דברים שאתה לומד במשך השנים. זה המקום לציין לחיוב את הפעילים שלנו, שמסייעים לנו בכל הארץ. הם אלו שבפועל מקבלים את הציוד והמתנות ומחלקים אותו בפועל. כל הכבוד להם".

זדה: "בהיבט התקציבי, אני יכול לספר ששיתוף הפעולה עם ההנהלה צובר תאוצה. כל מערך הוצאת הכספים כיום עובר בצורה שקולה ובשיתוף מלא של הוועד. גם ברמת מערכות הוועד - יש לנו שליטה מלאה על כספי המיסים שהעובדים משלמים לקופת הוועד.

לקראת סוף השנה אנחנו מוציאים דו"ח כספי מקיף ומפרסמים אותו באתר וכן במסגרת כנס. אנחנו שקופים מול העובדים בצורה מלאה, כאשר הכל נעשה בצורה אחראית בשילוב ועדת רכש וכספים ומורשי חתימה. כל הפעולות הללו מאפשרות לנו להעניק לעובדים פעילויות שעד לפני כמה שנים אפשר רק היה לחלום עליהם".

לקראת סוף השנה אנחנו מוציאים דו"ח כספי מקיף ומפרסמים אותו באתר וכן במסגרת כנס. אנחנו שקופים מול העובדים בצורה מלאה, כאשר הכל נעשה בצורה אחראית בשילוב ועדת רכש וכספים ומורשי חתימה. כל הפעולות הללו מאפשרות לנו להעניק לעובדים פעילויות שעד לפני כמה שנים אפשר רק היה לחלום עליהם'.

מה מצפה לעובדים בשנה הבאה?

זדה: "לבקשת מנהל הרווחה ויושבת ראש הוועד, אנחנו בונים את תקציב 2019 עם יותר פעילויות, יותר אירועים והרבה יותר השקעה בכל פרט ופרט בהשוואה לשנים קודמות. יש לנו את האפשרות ואנחנו שואפים להמשיך ולפנק את העובדים".

דרין: "את ההפתעות אני משאר למנהל הרווחה ולגורמים אחרים. אני מבחינתי אמשיך לעבוד קשה על מנת שכל האירועים והפרויקטים ימשיכו לדפוק כמו שעון. בשבילי זו שליחות לעבוד למען עובדי סלקום. הם יקרים לליבי".

בישראייר

ארזנו לכם חופשות במחירים משתלמים!

וארנה
טיסות ו–4 לילות
חצי פנסיון, במלון קזינו *5 INTERNATIONAL
מ– $449

בלגרד
טיסות ו–3 לילות
במלון *4
מ– $499

בוקרשט
טיסות ו–4 לילות
במלון *4
מ– $569

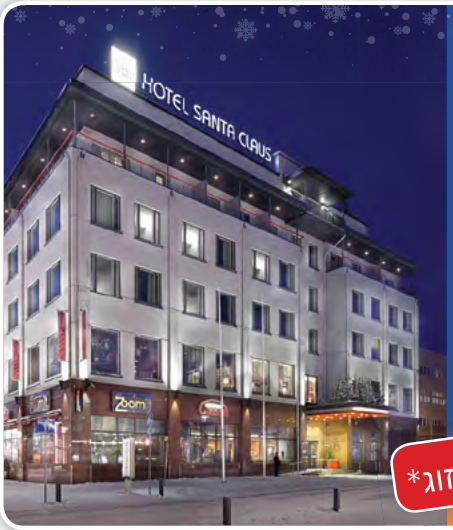
פראג
טיסות ו–3 לילות
במלון *4
מ– $589

סוצ'י
בריבירה הרוסית
טיסות ו–3 לילות
במלון *5 MARRIOTT
מ– $589

באטומי
טיסות ו–4 לילות
במלון *5
מ– $599

באקו
"דובאי של הקווקז"
טיסות ו–4 לילות
במלון *5
מ– $669

מונטנגרו
טיסות ו–4 לילות
במלון *4
מ– $699



ספארי חורף בלפלנד – ארץ זוהר הצפון

טיסת ישראייר ישירה לרובניימי בירת לפלנד
6 ימים | 5 לילות | פנסיון מלא
במלון *4 Santa Claus הטוב ביותר בעיר

הטיול המאורגן כולל: • שיט בשוברת הקרח • ספארי רכיבה על אופנועי שלג • ביקור בארמון הקרח • נסיעת לילה לצפייה ב"זוהר הצפון" • ביקור בחוות כלבי האסקי ורכיבה במזחלות • ביקור בחוות איילי צפון • פעילויות בערב • פארק חיות הבר ברנואה ועוד...

יציאה: 26.2, 3.3, 8.3, 13.3

€120 הנחה לזוג*

מ– €1,925

המחירים הינם לאדם ומותנים בהזמנה של זוג בחדר, כולל ארוחת בוקר (אלא אם צוין אחרת). בחבילות – בטיסות ובתאריכים נבחרים בחודש אוקטובר 2018. בטיול ללפלנד – ההנחה תקפה להזמנות חדשות שיתקבלו עד ה– 31.10.18. אין כפל הנחות ומבצעים. עד גמר המלאי. ישראייר שומרת לעצמה את הזכות לעדכן את המחירים. ט.ל.ח.

ISRAIR ישראייר

israir.co.il | *2737

ועד עובדי קבוצת סלקום מציג:

החברים של שֶׁגֶב

השף משה שגב:

"עובדי סלקום, אני שמח לספר לכם שמעכשיו אתם
לקוחות VIP במסעדת "משה שגב" בנתניה!
הציגו כרטיס עובד ואנחנו נדאג לכם לפינוקים:"

פינוקים בתפריט ערב

קוקטיילי פינוק גדולים
על פי מס' הסועדים
קינוח פינוק משתנה לבחירת השף

פינוקים בארוחה עסקית! עד השעה 17:00

מנה ראשונה אחת לבחירה משלל מנות הסט שלנו ב 5 ₪
קוקטייל פינוק משגב
וקינוח לבחירת השף על חשבון הבית
מותנה בהזמנת מנה עיקרית בעסקית

ישנה הטבה נוספת המיועדת אך ורק לעובדי חברת סלקום !!!

בהצגת כרטיס עובד קבוצת סלקום מקבלים את הנחת חבר שלנו בסך 6% מגובה העסקה!
ההטבה הינה אישית ומיועדת אך ורק לעובדי קבוצת סלקום המציגים כרטיס עובד במקום.
ללא כפל מבצעים. ההטבה איננה תקפה באמצעות תשלום בכרטיס סיבוס אלא רק באמצעות
מזומן/אשראי ומיועדת לעסקיות צהריים בלבד.

בברכה,
מיה יניב, יו"ר ועד העובדים
וחברי ועדת הרווחה,
אלון ג'ורנו, ליאור כהן-זדה וליאור דרין

משה שֶׁגֶב
מטבח שף חוויתי
077-4142025 שלוחה 5
segevchef.com

ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

בזמן שהבוס חושב אם לאשר לכם חופשה
אתם יכולים כבר להתחיל לתכנן אותה...

טיקטיק חבילות ספורט והופעות בע"מ הינה סוכנות נסיעות בוטיק המתמחה בשיווק חבילות תיור למשחקי כדורגל והופעות בחו"ל משנת 2008. אם מתחשק לכם לראות את מסי ורונאלדו מקרוב, או סתם לשיר עם ביונסה ואד שירן בהופעה באירופה? אנו כאן בשבילכם!

tiktik .co.il
אירועי ספורט והופעות בחו"ל

חבילות ספורט והופעות סוגרים **בטיקטיק.**
www.tiktik.co.il | 073-2726000

המלצה לטיול **מעיינות ומפלים בצפון**

מאת: **ליאור פז,** ראש צוות הנדסת רדיו מרכז-דרום באגף טכנולוגיות

עונה מומלצת: קיץ.
מתאים למשפחות: כן.
נגישות: לא.
משך זמן הטיול:
6 שעות עם הפסקות.
מתאים לרכבים פרטיים: כן.
רמת קושי: קלה.

המפל הנסתר - עין איוב

פירוט המסלול:

המפל הנסתר - עין איוב

(מופיע גם ב - WAZE)

בגדה הצפונית של הכנרת זורם לו מפל, הזורם היישר אל תוך הכנרת - אתם מוזמנים ליהנות מזרם מים טבעי וקריר הצונח לכם על הגב, או לשבת על אחד מהסלעים שלצידו, לשכשך רגליים ולסיום לטבול במי הכנרת.
מומלץ להתחיל את הבוקר שם, לפני העומס של המטיילים ולפני הרוחות שיש אחר הצהריים בכנרת העלולות להיות מסוכנות. נוסעים דרך מערב הכנרת עד לצומת כפר נחום, פונים ימינה לגדה הצפונית של הכנרת ומחנים ליד עין שבע (טבחה). אפשר פשוט לרשום ב-WAZE "המפל הנסתר כפר נחום" ותגיעו. עדיף לא לחנות בחניון האוטובוסים (אתם מסתכנים בקנס). ניתן לחנות בשביל העפר הסמוך לכביש לפני הירידה למפל. בסוף חניון האוטובוסים יש מדרגות ירידה לכיוון הכנרת ובסוף המדרגות פונים ימינה לכיוון המפל. לא תפספסו. המקום לא מוצל. אין פח אשפה אז אנא פנו אחריכם את האשפה. הנאה מובטחת.

עין אמפי\עין אקליפטוס

(מופיע גם ב - WAZE)

לאחר נסיעת כביש קצרה נכנסים לשביל עפר קל להגעה גם לרכבים פרטיים (לא תהיו שם לבד...) . מהחניה - הליכה של שתי דקות ואתם בבריכה המוקפת עצי אקליפטוס. דופן הבריכה מזכיר קצת טרסות של תיאטרון ולכן נקרא עין אמפי. המקום מוצל, מים קרירים ונעימים. אין פח אשפה באזור.
בבריכה יש דגיגונים שיפנקו אתכם ב"ספא דגים" על חשבון הבית.

"ליהנות מזרם מים טבעי וקריר הצונח לכם על הגב, או לשבת על אחד מהסלעים שלצידו, לשכשך רגליים ולסיום לטבול במי הכנרת."

עין עלמין

(מופיע גם ב - WAZE)

ממש מעבר לכביש (918) כאשר יוצאים מעין אמפי לכביש - חוצים אותו ונכנסים לדרך עפר היורדת לבריכת הקצינים הקרירה "עין עלמין".
הבריכה נמצאת בלב חורשת אקליפטוסים, עם מים קרים!
בצמוד לבריכה הגדולה יש גם בריכה קטנה יותר לקטנטנים.המקום מוצל.
אין פח לפינוי אשפה באזור.
ניתן ומומלץ לעשות שם פיקניק עם המשפחה. חשוב לציין שהמקום לא מוגדר כחניון לילה ללינה.

עין אמפי / עין אקליפטוס

בריכת הקצינים "עין עלמין"

סכר הג'ילבון

(לא מופיע ב - WAZE)

בסמוך למקום בו נשפך נחל ג'ילבון אל הירדן, נבנה סכר בטון, החוסם את מי הנחל ויוצר בריכה ארוכה ועמוקה. בתוך הסכר ישנם חורים קטנים, והמים שיוצאים דרכם יוצרים מפלונים, וניתן לשבת תחתיהם או לטבול את הראש בתוכם (חוויה מומלצת מאוד לילדים). כמו כן, אפשר לשבת ולנוח בפלג המים שמשמאל לכביש הבטון.
המקום סמוך לגשר הפקק.
ניתן לחנות בסמוך לכביש וללכת 500 מטר עד לסכר.
השביל משובש. ניתן להיכנס מהצד הצפוני דרך חניון דרדרה.

סכר הג'ילבון

לאור מחלת העכברת והזיהום בנחלים בהם אין זרימה או זרימה חלשה בקיץ - יש להתעדכן מול מוקד טבע של רשות הטבע והגנים האם מותרת הרחצה בנחלים ובמעיינות.

קורס איפור אישי

מי צריך את זה בכלל?

כולן מכירות את זה, ברגע שאת נכנסת לאחת מחנויות האיפור המקצועיות, עט עלייך נציג או נציגה שבדיעבד מסתבר שהם מאפרים מוכשרים המציעים להתאים לך איפור.

ברוב המקרים כולנו מסכימות, הרי הקושי לוותר על ההזדמנות לתקן את מראה הפנים שזועק "אני גמורה מעייפות" הוא כמעט בלתי אפשרי, והסידור הזה הוא די נוח. את מתיישבת על הכיסא באפיסת כוחות כשאת מביטה למראה החושפת את כל מה שאת מתאמצת להסתיר מדי בוקר, ואת יודעת מראש כי בסוף הסאשן הזה, סביר שתיראי הרבה יותר טוב.

בתום האיפור, כשהם יניחו את מברשות האיפור וישאלו אותך בקול מנצח..."נוווווו? יש הבדל קטן לעומת איך שהגעת, לא?", את תגניבי מבט למראה ותגלי שלמרות שהתעוררת מנמנום קל בדיוק בשנייה שמרחו לך ליפגלוס בוהק תוך שאת מסננת לעצמך "וואוווו, בהחלט תמונה שווה לאינסטוש".

בסוף, את כמובן גם רוכשת הכלללללל. את המייקאפ, והצללית הכהה וגם את זאת הבהירה, והאיילינר המושלם, והמסקרה שמאריכה לך את הריסים סוף... ושלא לדבר על אבקת היהלומים שתעניק לך הבזקי אור במקומות הנכונים - כי את חייבת להיראות מדוגמת גם מחר בישיבה שנקבעה לך ל-08:00 בבוקר כאילו אומרת בנונשלנט "זרקתי על עצמי משהו והגעתי לעבודה בנטוראל".

בבוקר התעוררת בידיעה נרגשת שאת הולכת להיראות מוש... הרי להתאפר את כבר יודעת, אז מה הביג דיל?! את מתחילה כמובן עם מייקאפ, ולהפתעתך את תוהה למה לעזאזל רכשת 2 גוונים של מייקאפ? האחד אומנם כהה כאילו שברגע עברת מהתפוצה המזוהה עם ה'גיפלטע' לתפוצת ה'גחנון' והשני בהיר להפליא כאילו חזרת משהייה ממושכת בקוטב הצפוני לאחר תקופת "ליל הקוטב" שהחשכה מתמשכת כ-4 חודשים לאורך כל שעות היום וזיו פנייך לא ראה אפילו קרן אור אחת.

לערבב! מיד החלטת, וחיש ערבבת בין שני המייקאפים, תוך שכנוע עצמי שהגוון שהתקבל מתאים לך בטירוף כשלמעשה הלוק התקבל מזכיר יותר את מי ששבה מחופשה בזנזיבר...

אחרי שהתמודדת עם גוון המייקאפ, עברת לחלק הקל יותר (כך לפחות חשבת) יצירת קו איילינר מופתי -על א-מרלין מונרו, שיעשה לך עיניים מושלמות.

במאמץ גדול את מתחילה בעיצוב הקו ולהפתעתך את מגלה שהוא מזכיר יותר את הקו במכשיר הסיסמוגרף המודד את רעש האדמה. כשהזמן כבר דוחק בך את אצה למלאכת המסקרה וכשניסית לעגל את הריסים חשת צביטה איומה ממש בקצה העפעף, בתחילה זה נראה כמו עקיצת יתוש אך את האמת המרה רק את יודעת. לקינוח את תוחמת את השפתיים ב עיפרון בגוון טבעי ומנסה לחקות את יד המאפר שרק אמש דאג להגדיל אותן באופן מושלם, אך לדאבונך התוצאה אינה בדיוק זהה ולחץ הזמן אינו מאפשר תיקון.

כשהגעת לעבודה הבחנת בשתי הרכלניות מהמחלקה מביטות בך ומסתודדות, ואת מנגד משחררת חיוך מתאמץ ומקווה שהן "תאכלנה את הלב". אין ספק שהן חוות עתה את אותו ההלם שחווית בעצמך אתמול לאחר שקמת מכיסא האיפור והבטת במראה.... את פשוט נראית מוש....

אך מפגש קצר במעלית מגלה שטעית.

"את לא יודעת שמכוני השיזוף האלה עושים רע מאד לעור הפנים? את חייבת לשמור עליהן, שיזוף לפנים זה מלא קמטים בהמשך... ואת בכלל רצית להסביר שזה רק מייקאפ, אך כשאלה נעצו בך עיניים קרוב ופסקו אנחנו רואות שיצאה לך שעורה נוראית בעין ממש בעפעף העליון, את בהחלט היית צריכה לוותר על איפור היום" אבל את מנגד, ויתרת על ההסבר שזו צביטת מעגל הריסים מהיום בבוקר ובכלל לא שעורה.

איך כל זה היה נמנע?

גורו המייקאפ בועז שטיין מסביר "התאמת מוצרי איפור היא בעצם מלכודת דבש שנורא קל ליפול אליה. כשאת רוכשת מוצרים ואין לך שמץ של מושג איך להשתמש בהם באופן נכון לפנים שלך, אז אל תרכשי!

קורס איפור אישי הוא קורס חובה לכל אישה בכל עשור לחייה. בקורס את לומדת איך לאפר את עצמך ע"פ מבנה פנים אישי שלך. מאפר בכיר ילמד אותך כיצד לבצע את קווי האיפור הנכונים והמתאימים לך תוך הכוונה לביצוע תיקוני פנים באמצעות איפור כגון, איפור עיניים קרובות או רחוקות, מבנה פנים עגול, ארוך וכד', הכל ע"פ הנחיות ובקרה מקצועית. המפגש הוא אישי ומתקיים בנוכחות איש מקצוע בלבד. על מנת לתת לך כלים נכונים לאיפור אנחנו מאמינים בהתנסות אישית ובעבודה עצמית של יישום הדברים."

כי באיפור אין כמעט ואין בערך - יש בדיוק!

קורס איפור אישי מבית בועז שטיין

מיועד לבנות ונשים המעוניינות ללמוד להתאפר נכון ע"פ מבנה פנים ובהתאמת צבעים לגוון העיניים, העור והשיער.

מפגש חד פעמי של 3 שעות מלאות

במהלך המפגש מאפר מקצועי מורה מצוות ההדרכה ילמד אותך כיצד להתאפר נכון תוך כדי התנסות אישית שלך! ההדרכה נעשית על מחציתן של הפנים כאשר את החצי השני את מבצעת באופן עצמאי בפיקוח מלא. המפגש מתמקד באיפור יופי טבעי, יומיומי ובאיפור ערב מרשים.

מה נלמד?

תיקוני פנים באמצעות איפור (מורפולוגיה)
הנחת מייקאפ ופודרה
התאמת פלטת הגוונים הנכונה עבורך
איפור עיניים נכון ע"פ נתונים אישיים
איפור שפתיים
טכניקת איפור יום
טכניקת איפור ערב

מחיר: 580 ₪ | **הטבה לעובדות קבוצת סלקום:**
200 ₪ מתנה לרכישת מוצרים
קניית מוצרים בהנחה של עד 35% ביום המפגש

איפה?

באקדמיה BE MORE קינג ג'ורג 95 ת"א
בסטודיו של בועז שטיין ב"מול החוף ויליג'" חדרה
טלפון לתיאומים 052-4763544

שנה טובה ומתוקה
ועד עובדי
קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

מבצעים לרגעים

מתנת שיתוף בראש השנה

ועד עובדי קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

פלנצ'ה גריל אבן שיש
DARNA

פלטת צלייה מלבנית כוללת ידיות מסיליקון.
לצלייה מושלמת של בשר דגים עוף ירקות ועוד ...

- ציפוי שיש Non Stick
- אינו נדבק ואינו מתקלף
- עמיד לאורך שנים
- מתאים לכל סוגי הכיריים
- בישול עם מעט שמן
- מתאים למדיח הכלים
- **מידות: 21 ס"מ על 28 ס"מ**

במקום ~~150 ₪~~ רק **49₪**

קוד קופון 5007170

סט 3 מחבתות שיש
DARNA

גדלים: 20 ס"מ, 24 ס"מ, 28 ס"מ

- ציפוי שיש Non stick
- ידית ארגונומית - Soft tach.
- אינו נדבק ואינו מתקלף. עמיד לאורך שנים
- מתאים לכל סוגי הכיריים.
- בישול עם מעט שמן.
- קל לניקוי. מתאים למדיח הכלים.
- צבע: שחור בלבד

במקום ~~200 ₪~~ רק **99₪**

קוד קופון 5007170

מחבת כפולה אבן שיש
DARNA

מתהפכת- בישול דו צדדי, סגירה הרמטית

- גודל 32 אינצ'
- ציפוי שיש Non stick
- ידית ארגונומית - Soft tach.
- אינו נדבק ואינו מתקלף. עמיד לאורך שנים
- מתאים לכל סוגי הכיריים.
- בישול עם מעט שמן.
- קל לניקוי. מתאים למדיח הכלים.
- צבע שחור

במקום ~~200 ₪~~ רק **99₪**

קוד קופון 12740

סיר/ מחבת אבן שיש
DARNA

32 ס"מ עגול מהפכני!!! מתפרק ומשמש גם כמחבת לצלייה

- מכסה הסיר אטום לבישול מהיר
- לבישול ממולאים, עוף, בשר, ירקות, קדירות ועוד ...
- כולל רשת נירוסטה לאידוי.
- ציפוי אבן שיש Non - stick
- אינו נדבק ואינו מתקלף.
- עמיד לאורך שנים.
- מתאים לכל סוגי הכיריים כולל אינדוקציה.
- בישול עם מעט שמן.
- מתאים למדיח כלים.

במקום ~~350 ₪~~ רק **149₪**

קוד קופון 5006160

סיר/ מחבת אבן שיש
DARNA

30 ס"מ מלבני מהפכני!!! מתפרק ומשמש גם כמחבת לצלייה

- מכסה הסיר אטום לבישול מהיר
- לבישול ממולאים, עוף, בשר, ירקות, קדירות ועוד ...
- כולל רשת נירוסטה לאידוי.
- ציפוי אבן שיש Non - stick
- אינו נדבק ואינו מתקלף.
- עמיד לאורך שנים.
- מתאים לכל סוגי הכיריים כולל אינדוקציה.
- בישול עם מעט שמן.
- מתאים למדיח כלים.

במקום ~~350 ₪~~ רק **149₪**

קוד קופון 5006160

שואב אבק עוצמתי
DARNA

- עוצמה גדולה 800W
- כולל מברשת טורבו מסתובבת
- כולל מברשת רכה ומוט שאיבה.
- כבל ארוך במיוחד - 5 מטר.
- קומפקטי וקל לניקוי ותחזוקה.
- טכנולוגיית ציקלון
- מסנן HEPA אנטי בקטריאלי
- מיכל אבק גדול
- ידידותי לסביבה
- כולל אחריות לשנה.

התמונה להמחשה בלבד, מגיע בצבע שחור

במקום ~~350 ₪~~ רק **149₪**

קוד קופון 5006170

סט סכו"ם נירוסטה
DARNA

מהודר, עשוי נירוסטה אל חלד
ניתן לשימוש במדיח הכלים

24 חלקים ל-6 סועדים	48 חלקים ל-12 סועדים
במקום ~~149 ₪~~	במקום ~~299 ₪~~
רק- **59₪**	רק- **99₪**
קוד קופון 5007160	קוד קופון 5007150

סט סכו"ם ציפוי זהב
DARNA

עשוי נירוסטה פלדת אלחלד בצבע זהב.
ניתן לשימוש במדיח הכלים
עיצוב קלאסי באריזת מתנה.

24 חלקים ל-6 סועדים	48 חלקים ל-12 סועדים
במקום ~~199 ₪~~	במקום ~~399 ₪~~
רק- **89₪**	רק- **149₪**
קוד קופון 5007200	קוד קופון 5007200

סט 3 מזוודות קשיחות
DARNA

- מזוודה גמישה! אפשרות הרחבה ב 8 ס"מ
- מנגנון טרולי ידית טרולי טלסקופית + כפתור לחיצה
- 4 גלגלים כפולים עבים רב כיווניים
- עד 250 ק"ג (ספינר-360 מעלות).
- ידיות עליונה + צידית
- מנעול מספרים גמיש וחזק
- רוכסן ניילון קל לפתיחה/ סגירה
- תא רוכסן פנימי לחליפות וחולצות מקופלות.
- רצועות פנימיות להידוק תכולת המזוודה.
- **אחריות לשנה**

אחסון שחוסך מקום- אחת בתוך השניה

במקום ~~449 ₪~~ רק **329₪**

שמפניה - קוד קופון 5007080
בורדו - קוד קופון 5007090
שחור - קוד קופון 5007100

סיר בציפוי אבן שיש
DARNA

סדרת pure Black

- ציפוי שיש Non Stick
- ידיות נירוסטה מעוצבות
- אינו נדבק ואינו מתקלף
- עמיד לאורך שנים
- מתאים לכל סוגי הכיריים
- בישול עם מעט שמן
- מתאים למדיח הכלים

סיר 20 ס"מ	סיר 24 ס"מ	סיר 24 ס"מ
במקום ~~150 ₪~~	במקום ~~200 ₪~~	במקום ~~250 ₪~~
רק- **89₪**	רק- **109₪**	רק- **129₪**
קוד 5006950	קוד 5006960	קוד 5006970

סיר סוטאז' בציפוי אבן שיש
DARNA

סדרת pure Black

- ציפוי שיש Non Stick
- ידיות נירוסטה מעוצבות
- אינו נדבק ואינו מתקלף
- עמיד לאורך שנים
- מתאים לכל סוגי הכיריים
- בישול עם מעט שמן
- מתאים למדיח הכלים

סיר סוטאז' 28 ס"מ	סיר סוטאז' 32 ס"מ
במקום ~~250 ₪~~	במקום ~~300 ₪~~
רק- **119₪**	רק- **199₪**
קוד 5006980 ומעלה	קוד 5006990 ומעלה

מחבת בציפוי אבן שיש
DARNA

סדרת pure Black

- ציפוי שיש Non Stick
- ידיות נירוסטה מעוצבות
- אינו נדבק ואינו מתקלף
- עמיד לאורך שנים
- מתאים לכל סוגי הכיריים
- בישול עם מעט שמן
- מתאים למדיח הכלים

מחבת 24 ס"מ	מחבת 28 ס"מ
במקום ~~125 ₪~~	במקום ~~165 ₪~~
רק- **59₪**	רק- **69₪**
5007000 ומעלה	5007010 ומעלה

משלוח בוקסאיט 19 ₪ | שליח עד הבית 34 ₪

תוקף המבצע עד 30.9.18
או עד גמר המלאי

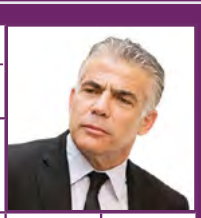
הזמינו עכשיו! טל. 072-2775577

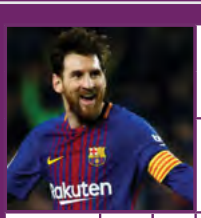
דוא"ל להזמנות: vaadim.amc@gmail.com | פקס להזמנה: 03-5358412 א' - ה' שעות: 9:00-17:00

darnahome.co.il **אי.מ.סי** יבוא ושיווק מתנות לבית

תשחץ **ועד עובדי קבוצת סלקום**

מור תורג'מן





בין הפותרים נכונה יוגרלו 3 כרטיסים זוגיים למופע סטנדאפ

מתנת חברת פשקר

את פתרון התשחץ יש להעביר בקובץ סרוק עד לתאריך 30.9.18

למייל: Fishkineditor@gmail.com

השטיח המעופף
FLYING CARPET

ועד עובדי קבוצת סלקום
העתיד בידיים שלנו

פותחים שנה עם חופשה בלתי נשכחת

במחירים ללא תחרות

U2

הופעה של U2 במדריד

20.9

3 לילות, טיסות ישירות,
מלון בדרגת 3 כוכבים
על בסיס לינה וארוחת בוקר
כולל כרטיס להופעה.

החל מ-799 €

חבילות כדורגל בספרד

ריאל מדריד VS אספניול

21.9

3 לילות, טיסות ישירות,
מלון בדרגת 3 כוכבים
על בסיס לינה וארוחת בוקר
כולל כרטיס למשחק.

החל מ-555 €

ברצלונה VS אתלטיק בילבאו

28.9

3 לילות, טיסות ישירות,
מלון בדרגת 4 כוכבים
על בסיס לינה וארוחת בוקר
כולל כרטיס למשחק.

החל מ-649 €

לפרטים והזמנות: 9977*

עובדי סלקום נהנים

מהנחות ופינוקים

בקשרי תעופה

טיסות | חבילות נופש בארץ ובחו"ל | טיולים מאורגנים | שייט בספינות פאר | השכרת רכב | חבילות כדורגל באירופה | חבילות להופעות באירופה | פסטיבלים וחופשות לצעירים

3%
הנחה
על מחירי האתר

12%
הנחה
בהזמנת נופש
ממלאי קשרי תעופה

€50
הנחה
למצטרפים לטיול של
המומחים לללפלנד

ההנחות אינן תקפות על טיסות סדירות ומוצרי שייט. עד גמר המלאי. ט.ל.ח

קשרי תעופה
לחזור הביתה עם חיוך

Kishrey-teufa.co.il | *2434