

# מגזין הבנקאות הפרטית

משנת 2011

ינואר 2024



## סיפורו של עם שפודה את שבוייו

מרים זקהיים, עמ' 16

## אין סוף, יש תקווה

שלומית אורן, עמ' 34

## ביקור בגלריה: והפעם: אמנים מהעוטף

עמ' 19, 21, 38

## הולכים אל הלא נודע

ד"ר איתי גלילי, עמ' 4

## "נאמנות עיוורת" ככלי למניעת ניגוד עניינים

ד"ר אלון קפלן ועו"ד מיטל ליברמן, עמ' 10

## תיעוד כאן ועכשיו

פרופ' עמיה ליבליך, עמ' 32

Finansim

פיננסים ניהול הון פרטי



# פתיחת חשבון וייעוץ השקעות יזום לחשבון השקעות בבנקים הבינלאומיים המובילים בתנאים מיוחדים

- ייעוץ השקעות יזום אובייקטיבי ובלתי תלוי.
- הטבות משמעותיות ברמת העמלות ביחס למקובל בבנקים הבינלאומיים.
- מגוון אפשרויות השקעה בקרנות נאמנות וקרנות גידור בינלאומיות.
- ייעוץ באמצעות יועצי השקעות בעלי ותק ומוניטין בתחום.
- אפשרות לפתיחת חשבון חדש למעוניינים ומתאימים בתנאים מיוחדים.
- מינימום לפתיחת חשבון - \$500,000 במשרדי "פיננסים" ברמת אפעל.
- שירות בעברית לייעוץ פעולות בחשבון.



לפרטים: 077-77-83000

[www.nihulhon.co.il/open-bank-account](http://www.nihulhon.co.il/open-bank-account)

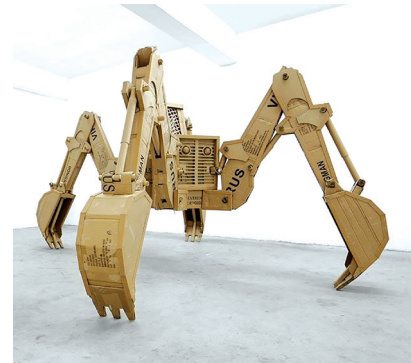
# תוכן העניינים

הולכים אל הלא נודע

- 4 ד"ר איתי גלילי, פיננסים ניהול הון פרטי
- סקירת שווקים ותחזית שנתית 2024
- 6 מיכל יוזפסון, מנהלת מערך ייעוץ השקעות פיננסים ניהול הון פרטי
- "נאמנות עיוורת" ככלי למניעת ניגוד עניינים
- 10 ד"ר אלון קפלן, עו"ד מיטל ליברמן
- תגלית חדשה: יערות הגשם בסכנה בשל הפחתת סופות הרעמים באזור
- 12 פרופ' קולין פרייס
- אין שכל אין דאגות
- 14 ד"ר יונת אשחר, מכון דוידסון, מכון ויצמן למדע
- סיפורו של עם שפודה את שבוייו
- 16 מרים זקהיים, הספרנים
- 19 ביקור בגלריה: אייל אסולין מאופקים
- 21 ביקור בגלריה: הרן כסלו מקיבוץ בארי
- טעון תרגול: המכונית החשמלית הראשונה שלכם
- 24 טל אבן, Even Better
- דיוקנה של הטראומה במוח צעיר: המנגנון העצבי שמתבש
- כתוצאה מחשיפה לאירוע קשה בגיל רך
- 26 פרופ' אלון חן, דר' חואן פבלו לופז ודר' ארון קוס, מכון ויצמן למדע
- ההשפעה של אור ותאורה בדמנציה/ אלצהיימר
- 28 ד"ר דנה פאר
- תיעוד כאן ועכשיו
- 32 פרופ' עמיה ליבליך
- התמודדות עם מתח הקשור למלחמה
- 33 חוה אוסטרובסקי, פסיכותרפיסטית MSW
- אין סוף, יש תקווה
- 34 שלומית אורן - SO ART
- 38 תערוכת אומן: סופי ברזון מקאי מקיבוץ בארי

# גלריית הבנקאות הפרטית שמחה לארח בגליון זה 3 אמנים מהעוטף

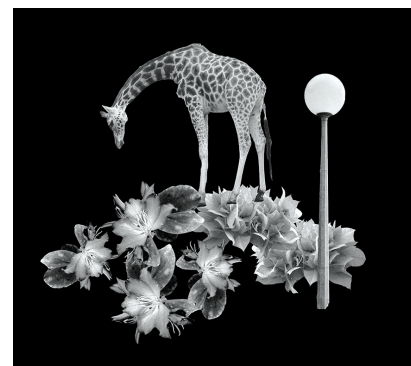
אייל אסולין | עמ' 19-20



הרן כסלו | עמ' 21-22



סופי ברזון מקאי | עמ' 38-39  
ותמונת השער:



כל הכתבות המקצועיות במגזין זה, נועדו לשם מסירת מידע בלבד, ובשום אופן אין לראות בהן חוות דעת, הצעה, המלצה או יעוץ/שיווק לרכישה ו/או החזקה ו/או מכירה של ניירות ערך ו/או הנכסים הפיננסיים המתוארים בהן. הסקירות מתבססות על מידע אשר פורסם לציבור, אשר הכותבים ומו"ל המגזין מניחים כי הוא מהימן וזאת מבלי שביצעו בדיקות עצמאיות לברור מהימנות, דיוק ושלמות המידע, המידע המופיע בכתבות המגזין, אינן מתיימרות להכיל את כל המידע הדרוש למשקיע פוטנציאלי ואינן מתיימרות להוות ניתוח מלא של כל העובדות והפרטים המופיעים בהן. המידע, הפרטים והניתוח המפורטים, לרבות הדעות המובאות, בסקירות ובכתבות, עשויים להשתנות ללא מתן הודעה נוספת. הכתבות הן על דעת הכותבים בלבד ומשקפת את הבנתם ליום כתיבתן. הכתבות והסקירות לא מהוות תחליף, בשום צורה שהיא, לייעוץ/שיווק השקעות המתחשב בנתוניו וצרכיו המיוחדים של כל אדם. הכותבים ומו"ל המגזין לא יהיו אחראים, בכל צורה שהיא, לכל נזק ו/או הפסד שייגרם כתוצאה משימוש בסקירות ו/או בכתבות המופיעות במגזין זה, ככל שייגרם כזה, וכן הם אינם יכולים לערוך ו/או להיות אחראים למהימנות, דיוק ושלמות המידע המפורט בכתבות ובסקירות. יובהר להלן כי הכותבים וכן המו"ל, עוסקים, במישרין או בעקיפין באמצעות חברות קשורות, בין היתר, במתן שירותי ניהול השקעות, ייעוץ השקעות, ניהול קרנות נאמנות, ניהול קופות גמל, ניהול קרנות פנסיה, חיתום ובנקאות השקעות וכתוצאה מכך, עשוי להיות להם עניין בניירות ערך ו/או הנכסים הפיננסיים הנכללים בסקירות ובכתבות, ככל שמפורטים כאלה, מעת לעת, לפני פרסום הסקירות והכתבות. בזמן פרסומם ולאחר פרסומם, הכותבים ומו"ל אינם מתחייבים ואין בסקירות ובכתבות משום התחייבות להשגת תשואה כלשהי או רווח כלשהו כתוצאה מכל סוג של פעולה בהתאם לאמור בהן. הסקירות והכתבות הינן רכושן הבלעדי של הכותבים והחברות בהן הם עובדים ואין להעביר לצד ג', להעתיק, לשכפל, לטעט, לפרסם בכל אופן, להדפיס, לצלם, להקליט או להעתיק את הכתבות, באופן מלא או חלקי, מבלי לקבל אישור מראש ובכתב.

## מגזין הבנקאות הפרטית

עורך ראשי: אייל גור אריה  
מנהל המכירות: אייל קמר

מנהלת פרסום: תמי שרגוביץ, טל: 07777-83055, 054-4739374  
יעריכה גרפית: אבי בלון / דפוס: ג. פרויקטים צפון

מנכ"ל: ד"ר איתי גלילי

מו"ל: קבוצת פיננסים גג בע"מ

טל: 07777-83044, פקס: 07777-83045

דוא"ל: [service@finance-inst.co.il](mailto:service@finance-inst.co.il) [www.bankautpratit.co.il](http://www.bankautpratit.co.il)



# הולכים אל הלא נודע

ביותר מדובר בבחינת המצב הביטחוני, הכלכלי, הפוליטי והסולידריות החברתית.

ממשלות ישראל הנוכחית הצליחה להביא את ההתדרדרות לשיא בלתי נתפס, אך מדובר על תהליך אשר הוא חלק ממגמה ארוכת טווח. אין זה מקרי שבחודש הראשון למלחמה המדינה, קרי משרדי הממשלה, לא הייתה קיימת.

על פי דו"ח ראשוני מה-19.12.23 מבקר המדינה ונציב תלונות הציבור מתניהו אנגלמן: "ממשלת ישראל נכשלה בטיפול בעורף, בשבועות הראשונים למלחמת חרבות ברזל. לא הייתה לכך הצדקה. היעדר יישום של תוכנית סיוע כלכלי לציבור כבר בתחילת המבצע, לצד פינוי התושבים מבתים, יצר מצב שבו מאות אלפי אזרחים הפכו לאוכלוסייה נזקקת".

התחושה שמשרדי הממשלה אינם מתפקדים הייתה קשה מאוד במהלך חודש אוקטובר 2023, אך זו תוצאה של הזנחה רבת שנים.

כדוגמה לתהליכים שישראל עוברת אני רוצה להפנות את הקוראים לנעשה בתחום בריאות הנפש בישראל. במדינה כמו שלנו אין שאלה בדבר חשיבות התחום וביתר שאת לאחר הטראומה של ה-7.10.

ב-30.11.23 נשלח מכתב מפורום מנהלי בתי החולים - המרכזים לבריאות הנפש למבקר המדינה, וכך נכתב: "אנו פונים אליך בזעקה ובייאוש, על מצבה הקשה של מערכת בריאות הנפש בישראל. המערכת עומדת בפני קריסה מוחלטת. כפי שציינת בדו"ח מבקר המדינה ממאי 2020, התרענו על הדרדרות מתמדת בתחום בריאות הנפש בעשור האחרון. מאז חלה החמרה ניכרת בכל הפרמטרים: זמני המתנה ממושכים ביותר לטיפול, לעיתים שנה

כותרת הכתבה האחרונה שלי במגזין הקודם שיצא לאור לקראת ראש השנה הייתה: "לקוות לטוב ולהתכונן לרע". כמו כולנו לא חשבתי שהרע יהיה כה רע. עברנו ועדיין עוברים אסון כבד בעל השלכות רוחניות על חיינו וחיי יקירנו.

במהלך שנת 2023 ולאורכה המלצנו ללקוחותינו להגדיל את ההשקעות בשווקים הבינלאומיים על חשבון השקעה בשוק ההון בישראל. לא היינו יחידים בגישה זו, למעשה מרבית הגופים המוסדיים נהגו באופן דומה ונקטו באמצעים ניכרים להגדיל השקעות בחו"ל. ההיגיון הנוגע להחלטה זו נגעה לסיכונים הנגזרים מהתקדמות הממשלה בתוכנית של רפורמה משפטית תוך פגיעה בסולידריות החברתית בישראל. אף אחד ממנהלי ההשקעות לא ידע לנבא מה יהיה הנזק הקונקרטי ומועדו, אלא הבנה של המשמעות הכלכלית ארוכת הטווח לכלכלת ישראל (בדומה למכתב הכלכלנים שהופנה לממשלה ולמקבלי ההחלטות). ההמלצות להשקיע ביתר בשווקי חו"ל לא נגעה רק לנושאי הרפורמה המשפטית אלא גם לניהול תקציב המדינה.

ה-7 לאוקטובר והמלחמה הנם אירועים טראומטיים ביותר עם נזקים והשלכות משמעותיות על הכלכלה והחברה. יחד עם זאת, ניתוח היסטורי של אירועים ביטחוניים ומלחמות עבר מלמד, שכלכלת ישראל מצליחה להתגבר על נזקים כלכליים לאורך זמן.

אנו לא יודעים כיום כיצד תגמר המלחמה והאם תתרחב לצפון ומה יהיה אורכה, אך החשש שלי לגבי כלכלת ישראל אינו נוגע לנזקי מלחמה אלא למגמות ארוכות טווח שהיו ונשארו מלפני המלחמה. בעיות היסוד בכלכלת ישראל מאיימות במיוחד, שכן משק חזק שצומח יכול לממן מלחמה ולשמור על עליונותה הצבאית של ישראל ביחס לאוימים כלפיה.

חשוב להבין שהסוגיות בהן אנו דנים אינם נוגעים לשאלה של ימין ושמאל שכן לאף אחד מהפוליטיקאים אין פתרון מדיני שיספק וודאות לעתיד המדינה, לבטח לא לאחר אירועי ה-7 לאוקטובר. נושא מרכזי שלדעתי ניתן וצריך להסכים עליו הנו שללא משק מודרני שצומח בקצב מהיר לא נוכל לשמר את היתרון היחסי שלנו מול האוימים העצומים שלנו בעתיד ובפרט מול הציור האיראני. במדינות אחרות סוגיית הצמיחה הכלכלית נוגעת לשאלת רמת החיים ואיכות החיים. בישראל סוגיית הצמיחה הכלכלית אינה רק בנוגע לרמת החיים אלא עוסקת בדבר היבט קיומי של החיים עצמם והסיכונים הביטחוניים. ישראל אינה יכולה להרשות לעצמה להמשיך לסמוך על הנהגה פוליטית אשר אינה מבינה שהעבודה שלה הנה הגברת החוסן הלאומי ולא החלשתו. המושג חוסן לאומי הנו רחב ונמדד באופן קבוע ע"י מספר מרכזי מחקר בישראל. באופן הרחב



הרב בתקציב המדינה בשנים האחרונות אינו מצליח לשנות את ההישגים הדלים של המערכת. כל זאת עוד טרם ממשלת ישראל הנוכחית הגדילה לעשות ולאפשר מימון גורף למערכות פרטיות ובלתי מפקחות ללא דרישה ללימודי ליבה.

ברצוני להפנות את הקוראים לתוצאות מחקר עדכני מנובמבר 2023 של פרופ' דן בן דוד ופרופ' איל קמחי, ממוסד שורש (מכון מחקר כלכלי-חברתי עצמאי ובלתי תלוי שמטרתו הבלעדי היא זיהוי מקורם, אפיונם והיקפם של אתגרי השורש הפנימיים המהווים איום קיומי לעתידה של מדינה ישראל). על פי מחקרם, רמת הידע הממוצעת של ילדי ישראל במתמטיקה, מדע וקריאה נמוכה מהרמה בכל מדינה מפותחת אחרת, וזאת גם ללא הילדים החרדים במדינה, שמרביתם אינם לומדים את החומר ואינם משתתפים בבחינות. כמחצית מילדי ישראל מקבלים היום חינוך ברמה של עולם שלישי והם משתייכים לקבוצות האוכלוסייה בעלות קצב הגידול המהיר ביותר במדינה. ביטויים לתהליך הדמוגרפי-חינוכי הזה כבר החלו לבוא לידי ביטוי בציבוריות הישראלית - לאחרונה בבחירות שנערכו בנובמבר 2022 שהביאו להקמת הממשלה הקיצונית ביותר בתולדות המדינה, שחותרת תחת יסודות הדמוקרטיה. אם תמונה זו לא תשתנה, ההשלכות ארוכות הטווח על עתידה של ישראל יהיו קיומיות.

דוגמא נוספת על אופן ניהול משרד ממשלתי ובפרט בתקופת מלחמה ניתן ללמוד ממכתב ההתפטרות של מיכל רוזנבוים מנהלת רשות החברות הממשלתיות, המופנה לראש הממשלה מיום 30/12/23: "על פי תפיסת עולמו המוצהרת של השר אמסלם, החברות הממשלתיות אינן משאב ציבורי אלא "מאגר ג'ובים" שאמור לשמש אותו לצבירת כוח ומעמד פוליטי. בהתאם, השר אמסלם הפעיל עליי ועל הרשות לחצים אדירים לתמוך במינוי פעילים פוליטיים ומקורבים לתפקידי מפתח בחברות הממשלתיות, ולאפשר הדחות במסגרת "היסול חשבונות" פוליטי ועל מנת לפנות "ג'ובים" לשם מינוי מקורבים. דוגמאות בולטות לכך (מתוך רבות אחרות) הן ה"מכרז תפור" למינוי יועץ משפטי בנתיבי ישראל; הדחות פוליטיות של יו"ר דירקטוריון דואר ישראל ומנכ"ל רכבת ישראל; לחצים אדירים להכנסת מקורבו של השר אמסלם, מר אליהו אהרוני, לנבחרת הדירקטורים ועוד."

מטרת מאמר זה אינה להעמיס על הקוראים מידע שלילי שיוסיף למצב רוח הקשה בימים שאנו מתבשרים מדי יום על אבדות של חיילים אשר ליבנו עם משפחותיהם ויקיריהם, אלא רצון להסביר את חומרת הסכנות לכלכלת ישראל כדי שנדרוש ממנהיגי המדינה שינוי מהיר ומיידי בטיפול בסוגיות שעל הפרק. העיסוק של הממשלה בניהול המשק והתקציב אינו רק מדהים לשלילה אלא מאכזב ובעל השלכות קשות לשנים הקרובות. האחריות המוטלת על שר האוצר גדולה למידותיו ולגודל השעה. ללא שינוי מהיר ומיידי בסדר העדיפויות הכלכלי, המגמה צפויה להעמיק ולהחריף.

מאחר ואין אנו יודעים האם הדרישה לשינוי תענה, חשוב לי להסביר מדוע אנו כפרטים, צריכים לחשוב על עתידנו הכלכלי ולהיערך בהתאם לתקופות לא פשוטות. איני יודע מה יקרה בעתיד הקרוב והרחוק שכן מדובר על החלטות פוליטיות, אך כן משוכנע שתפקידי להתריע ולחדד מדוע הנושא של בניית חוסן כלכלי אישי הוא כה חשוב.

יותר מספר הפסיכיאטרים לנפש ירד בחדות, עם נטישה המונית לטובת המגזר הפרטי. מחסור חמור בצוותים באשפוז ותנאים ירודים בבתי החולים הקיימים. המחסור בכוח אדם מיומן הוא אחת הסיבות המרכזיות למצב, והוא מחריף מדי יום. אין די אנשי מקצוע לטיפול בכל הפונים". כדי לייצר משק שצומח צריך להעלות את הפריון. המצב הנוכחי בישראל הנו שיש פריון מילודה, כלומר יותר ויותר לידות. נכון להיום בגלל המבנה הדמוגרפי של ישראל הגידול בילודה מגדיל את מעגל העוני. השבוע התפרסם דו"ח ממדי העוני והאי שוויון בהכנסות, פרי עבודת מנהל המחקר והתכנון של הביטוח הלאומי, סיכום לשנת 2022

להלן פתח הדבר של הדו"ח: "המצב הכלכלי-חברתי בישראל מעורר דאגה רבה. רמת האי-שוויון בהכנסות ושיעורי העוני ניכרים, וגבוהים מאוד גם בהשוואה בינלאומית. ב-2022 חיו בישראל 1.98 מיליון נפשות מתחת לקו העוני, בהן 873.3 אלף ילדים ו-152.5 אלף אזרחים ותיקים, שמשקפים שיעורי עוני של 20.9%, 28.2% ו-12.7%, בהתאמה. לנוכח הרב ממדיות של העוני, המתבטא לא רק ברמת הכנסות נמוכה אלא גם בממדים נוספים כבריאות ודיוור, הטיפול בו חייב להיות הוליסטי ולכלול תחומי חיים רבים. בחינת היקף ההשקעה ברווחה מלמדת כי המשאבים המוקצים להוצאות רווחה בישראל בהשוואה למדינות המפותחות הם מהנמוכים בעולם: בשנת 2022 היוותה ההוצאה הציבורית לרווחה 15.8% מהתמ"ג לעומת 22.4% בממוצע ב-OECD, כשרק קוריאה ואירלנד מדורגות נמוך מ"ישראל". הדו"ח עצמו רחב ומקיף וניתן להבין שמגמות העומק להרחבת העוני יתגברו בשנים הבאות. הזינוק בהוצאות הממשלה על ביטחון, תשלומים למפונים, תשלום על נזקי רכוש, תשלום החזרי חוב וריכויות יצמצם את יכולת המדינה לתמוך באוכלוסיית חלשות. סביר שנתוני העוני בשנים 2025-2026 לא יראו שיפור ניכר.

היבט נוסף של צמיחה כלכלית הנו הפריון בתעסוקה, לכך יש שני רבדים: אחד עוסק בהשקעות פיזיות במשק כמו ציוד מכני מתקדם, תחבורה יעילה וכו' (דברים אשר מאפשרים לעובדים לייצר תפוקה גבוהה בשעות העבודה). השני עוסק בפריון העובד עצמו, כלומר השכלתו והמיומנות שצבר באמצעות השכלה. מערכת החינוך בישראל נמצאת במשבר ניהולי כה גדול, שגם הגידול





# סקירת שווקים ותחזית שנתית 2024

סיכון משמעותי למיתון ולעמוד על 0.6% בשנת 2023, 0.8% בשנת 2024 ולעלות ל-1.5% בשנת 2025 ע"פ הערכות הבנק המרכזי באירופה. האינפלציה התמתנה בשיעורים חדים ועמדה על 2.4% בחודש נובמבר. לחצי המחירים יורדים, אך רכיב דומיננטי של עלויות שכר לא הואט ועדיין לא ברור כמה עלויות שכר החברות יכולות לספוג. שיעור האבטלה נמצא בשפל של 6.5% ונדרשת האטה כלכלית חזקה יותר כדי שהאינפלציה תמשיך להאט. בנוסף לרכיב השכר, האינפלציה בטווח הקצר צפויה לעלות בשל שינוי במיסוי כך שהשנה (2023) תעמוד על 5.4%. בשנת 2024 האינפלציה צפויה להתמתן ל-2.7% ותתכנס לטווח היעד בשנת 2025. הבנק המרכזי לא דן אפילו בהורדות ריבית, שעומדת היום על שיעור של 4.5% על הפיקדונות ונוקט בגישה של ריבית גבוהה לאורך זמן לצד הקטנת מאזני הבנק. למרות עמדה זו של הבנק, בשווקים מגולמת ירידת ריבית חזקה בשיעור של 1.5%, החל מחודש אפריל 2024.

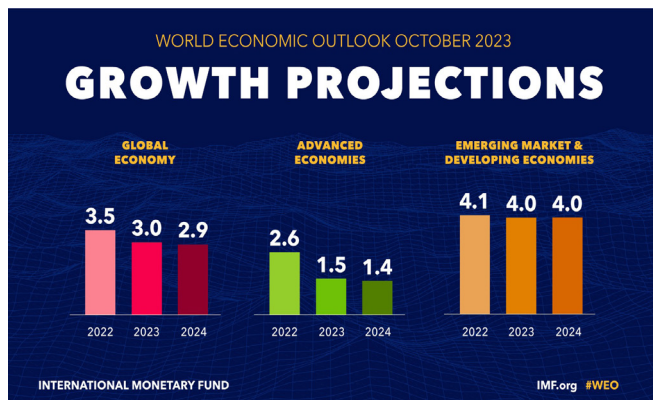
הכלכלה העולמית הפגינה יציבות ועוצמה לנוכח עליות הריבית האגרסיביות והשנה הסתיימה עם ביצועים חיוביים משמעותיים מהתחזיות. עם זאת, שנת 2023 היתה שנה מורכבת ורצופת אירועים, שהובילו לתנודתיות בשווקים.

בארה"ב משבר נזילות בבנקים בתחילת השנה, כתוצאה מהריביות הגבוהות, הביא למימוש בשווקים, כשפעולות נמרצות של הבנק המרכזי ייצבו את המערכת הבנקאית ואת השוק די במהירות. העלאת ריבית אגרסיבית של הבנקים המרכזיים וחשש ממיתון הביאו לתנודתיות נוספת כלפי מטה ולבסוף ממש בחודשים האחרונים של השנה הערכה לנחיתה רכה ולא למיתון כבד לצד הערכה לסיום מחזור העלאת הריבית וצפיית להורדת ריבית, הביאו לביקושים לאג"ח ולמניות ולעליות משמעותיות בשווקים כשמדדי המניות בארה"ב הגיעו לשיא.

בארץ, בנוסף לרצף עליות הריבית שהקשו על המשק, בשל המהפכה המשפטית והערכה של הנזק העצום לכלכלת ישראל, השנה התחילה עם חולשה וביצועי חסר משמעותיים בשוק המקומי לעומת השווקים בחו"ל ולהיחלשות השקל. המתקפה באוקטובר והכניסה למלחמה הביאו בשלב ראשון לירידה נוספת בשווקים בשל חוסר וודאות לגבי התפתחות המלחמה והשפעתה על הכלכלה. ההערכה שהלחימה מתרכזת בחזית הדרומית בעיקר, הבנה שהמהפכה המשפטית לא תצא לפועל, בטח שלא באופן שבו תוכננה והצפי לירידת ריבית כבר ברבעון הראשון 2024 הביאו לתיקון בשוק המניות המקומי, אשר עדיין הניב ביצועי חסר ביחס לשווקי חוץ. יתרות מט"ח גבוהות והתערבות בנק ישראל בנוסף להערכה לירידת ריבית בארה"ב, הביאו לירידת שער הדולר.

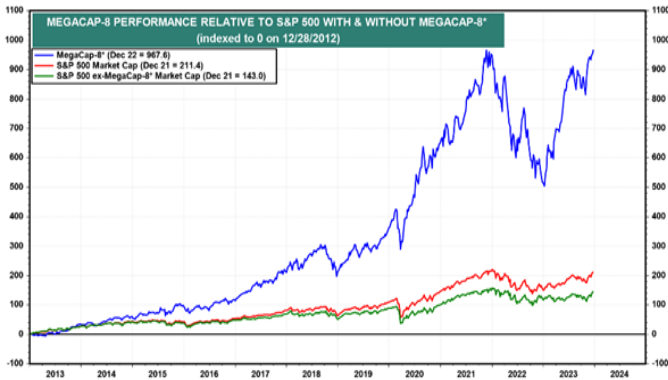
**בארה"ב** הכלכלה הפגיעה לטובה בחוסן שלה, אך אינדיקטורים מצביעים על התמתנות והאטה בפעילות הכלכלית ברבעון הרביעי לאחר רבעון שלישי חזק. שוק העבודה עדיין חזק, אך התמתן ושיעור האבטלה נותר נמוך. האינפלציה האטה ועומדת על 3.1%, אך נמצאת מעל היעד של הבנק המרכזי שעומד על 2%. עלויות אשראי גבוהות ותנאים פיננסים הדוקים יעיקו על הפעילות העיסוקית ועל משקי הבית. האטה בשוק העבודה וירידה בעודפי החיסכון יביאו להאטה כלכלית במחיצת הראשונה של 2024 וישפיעו על האינפלציה. כלכלת ארה"ב צפויה לצמוח בשיעור נמוך של 1.5% בשנת 2024 (ע"פ תחזיות IMF). לאור התחזית להמשך התמתנות האינפלציה לרמה של 2.4% בסוף 2024, הבנק המרכזי האמריקאי צופה 3 הורדות ריבית משיעור של 5.25-5.5% לשיעור של 4.6% בשנת 2024. בניגוד להצהרת הבנק המרכזי, שוק החוזים על הריביות ושוק האג"ח צופים הורדות ריביות אגרסיביות יותר לרמה של 3.75%-4% בסוף שנת 2024.

**אירופה** נפגעה ע"י ירידה בייצור העולמי, חולשה בסין ומדיניות מוניטרית הדוקה. הצמיחה בטווח הקצר, צפויה להישאר נמוכה, עם



מקור: IMF

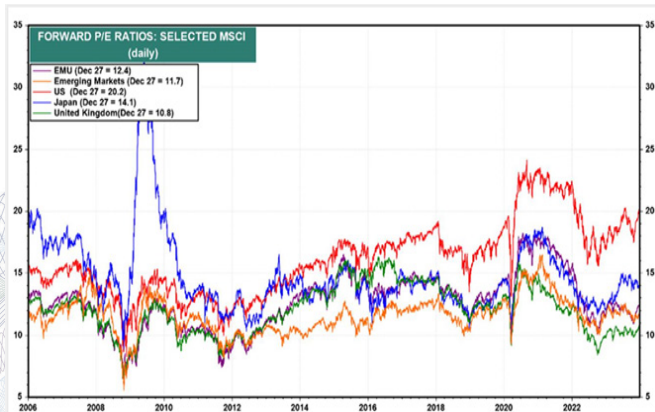
**ישראל.** בשוק המקומי, מעבר להשפעה של הכלכלה העולמית, שצפויה להאט במחצית הראשונה של השנה על הכלכלה בישראל, אי הוודאות עדיין גבוהה מאוד ביחס להתפתחות המלחמה והשלכותיה הכלכליות. בהקשר הביטחוני יש אי וודאות בנוגע למשך זמן המלחמה, התרחבות המלחמה לחזיתות נוספות וההשפעה על הכלכלה. להתנהלות הממשלה ביחס לחלוקת התקציבים וגובה הגירעון יהיה משקל גדול והשפעה על שער החליפין, על גיוס ומימון החוב ועל שווקי המניות. נראה שבמקום לעשות התאמה ולשנות את סדרי העדיפויות בחלוקת התקציבים, הממשלה מעדיפה להגדיל את הגירעון ובסופו של דבר כנראה תיאלץ להעלות מיסים. הגדלת הגירעון עלולה להוביל להורדות דירוג החוב של מדינת ישראל, קושי בגיוס חוב, היחלשות המטבע המקומי והאטה כלכלית נוספת לצד אינפלציה. למלחמה יש השפעה על האינפלציה שכרגע קשה להעריך. מצד אחד, גורמת להאטה



מקור: Yardeni research

**אירופה.** שוק המניות האירופאי הניב ביצועי חסר בשנת 2023 אל מול השוק האמריקאי. מדד ה-stoxx600 עלה בשיעור של כ-12.5% ונסחר במכפיל של 12, המגלם תשואה ממוצעת צפויה של כ-8%. קצב צמיחת הרווחים הצפוי לשנת 2023 שלילי ועומד על -0.6% וצפוי לעלות בשנת 2024 ל-7%. התמחור אמנם נמוך בהשוואה לשוק האמריקאי, אך הסביבה המקרו כלכלית באירופה חלשה משמעותית מאשר בארה"ב. מדיניות מוניטרית מהדקת וחולשה בסין יכולים להעיק על הכלכלה ועל שוק המניות, אבל נראה שמרבית הנתונים השליליים מגולמים בתמחור השוק. כחלק מן הפיזור יש מקום לשלב שוק זה בתיק המניות בהתאם למשקלו בשוק העולמי.

**מתעוררים.** מדד שווקים מתעוררים index MSCI emerging markets עלה בכ-6% והניב תשואת חסר משמעותית ביחס לשווקים המפותחים. שווקים אלו נסחרים בדיסקאונט עמוק ביחס לשווקים המפותחים ובתמחור חסר משמעות. הצמיחה בשווקים אלו אמנם האטה ועלולה לסבול מהיחלשות הביקוש העולמי כתוצאה מהאטה, אך צפויה להיות גבוהה מהצמיחה בשווקים המפותחים. סביבת ריבית יורדת והיחלשות הדולר צפויות להשפיע לטובה ולתמוך בכלכלות אלו. קצב צמיחת הרווחים צפוי לצמוח בשיעור דו ספרתי בשנת 2024. לאור התמחור הנמוך, אנו מעריכים שיש מקום להקצאה לשווקים אלו ובשל הסיכונים אנו מבצעים הקצאה השווה למשקלם בשוק העולמי. בשל השונות בין הכלכלות השונות, העדפה לניהול אקטיבי ולבחירה סלקטיבית של הכלכלות והמניות בהתאם לסביבת הפעילות.



מקור: Yardeni research

בביקושים, אבל מצד שני, עלולה להביא לעלויות מחירים בשל מחסור במוצרים או בסחורות כתוצאה מהשבתה של מפעלים או נתיבי ייבוא, מה שישפיע על מדיניות הריבית של בנק ישראל. הריבית עומדת על 4.75% וצפויה לרדת כבר ברבעון הראשון של 2024. ע"פ תחזיות בנק ישראל הריבית צפויה לרדת במהלך 2024 לרמה של 3.75%-4%, על מנת לתמוך בכלכלה, שצפויה להאט באופן משמעותי לקצב צמיחה של 2% בשנים 2023 ו-2024. חוסר הוודאות גבוה וקיים סיכון גבוה לתחזיות הצמיחה, האינפלציה והריבית, שישתנו בהתאם להתפתחות הלוחמה והתנהלות הממשלה.

**הצמיחה הגלובלית צפויה להאט והאינפלציה צפויה לרדת ולהתכנס לטווח היעד בשנת 2025.**

**התנועות בשווקים מהירות ואגרסיביות. השווקים ממשיכים לבצע התאמות בקצב מהיר ביותר ומגלמים את הורדות הריבית הצפויות ואת השפעת הריבית הנמוכה יותר על שוק המניות והאג"ח. הציפיה שהבנק המרכזי יוריד ריביות בקצב מהיר ובשיעור גבוה מהתחזית שנתן. האינפלציה תתכנס לטווח היעד, במקביל להימנעות ממתן, הביאו את שוק המניות בארה"ב לשיא ולירידת תשואות משמעותית בשוק האג"ח הגלובלי.**

**שנת 2024 צפויה להביא אתה ריביות נמוכות יותר, מה שתומך בנכסי סיכון. החשש הוא שהשוק אופטימי מדי ביחס לקצב הורדת הריבית ויתכן שחלק מהביצועים של שוק המניות ובאג"ח מגיע על חשבון הביצועים בשנת 2024.**

**השוק מגלם את הציפייה שכל חלקי הפאזל יסתדרו בדיוק לפי התסריט האופטימי. אך הערכתנו הינה, שהריבית לא תתחיל לרדת כ"כ מהר אלא אם הכלכלה תאט באופן מהיר מהתחזית ותידרש ריבית נמוכה יותר ואז אין הצדקה לתמחור שוק המניות בעיקר בארה"ב.**

## שוק המניות

שוק המניות העולמי נהנה מהפחתת החשש ממתן, שהיה מתמחר בסוף שנה שעברה. נראה שההאטה הכלכלית רק נדחתה וזה אמור להכביד על ביצועי המניות במחצית הראשונה של השנה הקרובה. **ארה"ב.** מדד ה-S&P500 עלה בשיעור של כ-24% ונסחר במכפיל עתידי של 19.3. קצב צמיחת הרווחים, שהפגיע לטובה בשנת 2023 הודות לחוסן של הכלכלה והשקעה בתחום של AI, תמך בשוק המניות. עם זאת, הביצועים החיוביים של השוק היו מרוכזים במספר מניות טכנולוגיה גדולות שמחירן עלה בכ-100% לעומת יתר המניות שעלו באחוזים בודדים ונסחרות בתמחור נמוך יותר. קצב צמיחת הרווחים הצפוי עומד על 11% ונראה אופטימי מדי, בהינתן חולשה כלכלית צפויה. מכפיל המדד, מגלם תשואה עתידית ממוצעת צפויה של כ-5.18%. בהשוואה לתשואת אג"ח חברות בארה"ב (BBB) שעומדת על כ-5.25% וכן בהשוואה לאג"ח ממשלתי ל-10 שנים, פרמיית הסיכון נמוכה יחסית ובבחינת האלטרנטיבות אינה מצדיקה הקצאה מלאה

# סקירת שווקים ספטמבר 2023 המשך מעמ' קודם <<

בתחילת השנה. ירידה ניכרת הצפויה בשיעורי הריבית בשנה הבאה, הביאה לירידה משמעותית בתשואות אגרות החוב. שוק האג"ח מגלם את הורדות הריבית הצפויות ואף מעבר לכך ומשקף את התרחיש החיובי שהריביות תרדנה כבר ברבעון הראשון של 2024 ושיעורים גבוהים מהנחיית הבנק המרכזי. נראה שיעקר רווחי ההון הנובעים מירידת הריבית הצפויה כבר גלומים בשוק האג"ח. הציפייה בשוק, שעשויה להיות אופטימית מדי וכן הקטנת המאזן הצפויה ע"י הבנק המרכזי (יכול להביא לעודף היצע ועליית תשואות) עלולים לגרום לתנודתיות ולעלייה חלקית של התשואות בטווח הקצר. על אף התנודתיות הצפויה, רמת הריביות במונחים אבסולוטיים גבוהה וכמגמה ארוכת טווח, התשואות אכן תרדנה בהתאם לקצב ירידת האינפלציה, לצמיחה הכלכלית ולהערכה לגבי כיוון הריבית. האג"ח חזר להיות מקור הכנסה תזרימי בתיק ההשקעות ומהווה גידור למקרה שהמיתון יהיה חריף מהציפיות והריביות תרדנה בשיעור ניכר.

**אג"ח חברות מדורג חו"ל.** שוק אגח החברות U.S. Corporate Index Bloomberg Fixed Income מסיים את השנה בעלייה של 8.85%. מדד זה נסחר בתשואה של 5.02%. תשואה זו מגלמת פרמיית סיכון של 0.99% מעל תשואת אג"ח ממשלתי לתקופה דומה. פרמיית הסיכון נמוכה ביחס לממוצע וביחס לציפיות להאטה כלכלית. עם זאת, החברות היו יעילות בניסוח החוב בריביות נמוכות לתקופות ארוכות (מימון זול), מה שמחזק את המאזנים ומגביל את הצורך בגיוס חוב ע"י החברות בריביות גבוהות מצד אחד ובמיעוט הנפקות מהצד שני. אלו תומכים בהשקעה באפיק זה. תנודתיות בטווח הקצר תהווה הזדמנות להארכת מח"מ.

**אג"ח לא מדורג חו"ל.** מדד ה-High yield עלה בשיעור של כ-13.5% בשנת 2023, נסחר בתשואה של 7.72%, המגלמת פרמיית סיכון של 3.34%. פרמיה זו נמוכה יחסית ולאור האטה צפויה, עלייה בשיעורי חדלות הפירעון ועלייה בעלות מחזור החוב, אנו רואים upside מוגבל. נעדיף להשקיע בחוב בדירוגים גבוהים ובתחום של הדירוגים הנמוכים יותר נעדיף להשקיע באפיקי ההלוואות המאוגחות (CLO), המעניק תשואה ופרמייה גבוהות יותר ביחס לסיכון. אפיק זה מגלם תשואות יתר על פני אג"ח לא מדורג ללא עליה ברמת הסיכון.

## שוק האג"ח בישראל.

שוק האג"ח הממשלתי השקלי, ספג ירידת מחירים חדה ועלייה משמעותית בתשואות בעקבות מתקפת ה-7 באוקטובר, כתוצאה מעלייה בסיכון של מדינת ישראל. תשואת אג"ח ל-10 שנים הגיעה לשיעור של 4.67% ואג"חים ארוכות יותר, נסחרו בתשואה גבוהות מ-5%. ההערכה שהמלחמה מתמקדת בדרום, ההנחה שמדינת ישראל בהתנהלות תקציבית נכונה יכולה לעמוד בעלויות המלחמה, התכנסות האינפלציה קרוב לטווח היעד, התערבות בנק ישראל בשוק המט"ח וירידת שער הדולר, שיאפשרו הורדת ריבית ע"י נגיד בנק ישראל, הביאו לעליית מחירי האג"ח והתשואות חזרו לרדת. תשואת אג"ח ל-10 שנים עומדת

**ישראל.** מדד ת"א 125 מסיים את השנה עם עלייה מינורית של כ-3.5% והציג ביצועי חסר משמעותיים לאורך כל השנה בהשוואה לשווקי המניות של המדינות המפותחות. בלטו לטובה מגזר הבנקאות, מגזר הטכנולוגיה בהשפעת השווקים הגלובליים ומדד ת"א נפט וגז שנהנה ממחירי אנרגיה גבוהים. גם מגזר הנדל"ן החל להתאושש עם הערכה לירידת ריבית.

עד לחדש אוקטובר השוק הניב ביצועי חסר בשל התקדמות החקיקה כחלק מההפיכה המשפטית, פגיעה בסביבה העסקית וההכרה שתמהיל האוכלוסייה והתנהלות התקציבית יביאו לפגיעה בצמיחה לטווח הארוך, בשל העברת התקציבים לשימושים שאינם מעודדים גידול בפריז, תעסוקה וצמיחה. בתאריך 07.10 עם התקפת החמאס והכניסה ללוחמה, התממש הסיכון הגיאופוליטי של מדינת ישראל והשוק חווה ירידות משמעותיות של כ-15%. ירידות אלו נמחקו עם הערכה שהמלחמה תתמקד בעיקר בחזית הדרומית, הערכה שעם התנהלות תקציבית נכונה הכלכלה הישראלית יכולה לספוג ולממן את עלות הלחימה ואת הוצאות הביטחון בעתיד ושלאחר תקופה מסוימת השקעה בשיקום והישובים והתשתיות יתמכו בצמיחה. האטה משמעותית ברבעון הרביעי, ירידה בקצב האינפלציה וירידה בשער החליפין תומכות בהורדת ריבית ע"י בנק ישראל ויכולות להביא לעלייה בשוק המניות.

תמחור השוק המקומי אינו גבוה ועומד על 14.6. תמחור זה, מגלם תשואה ממוצעת שנתית צפויה של 6.8%. בשל חוסר הוודאות הגבוהה ביחס להמשך הלחימה והאפשרות ללחימה ממושכת לצד פתיחת חזיתות נוספות שמשנות את התמונה וכן לאור התנהלות הממשלה ביחס לתקציב, שיכולה להוביל למשבר כלכלי, על אף שהתמחור אינו גבוה, אנו ממשיכים לשמור על הטיית תיק המניות לשווקי חו"ל.



מקור: Terminal Bizportal

## שוק האג"ח

אג"ח חו"ל. התנודתיות בשוק האג"ח היתה גבוהה במהלך השנה. אג"ח ממשלת ארה"ב נסחרה בתחילת השנה בתשואה של 3.88%, הגיעה לתשואה של קרוב ל-5% וחזרה להיסחר בתשואה שבה נסחרה

עד להתבהרות המצב. בארה"ב תמחור המניות גבוה, ופרמיית הסיכון בשוק המניות נמוכה ביחס לתשואות אג"ח ממשלתי ואג"ח קונצרני ועל כן איננו נמצאים במקסימום ההקצאה לשוק המניות. אם אכן תתבצע הורדת ריבית אנרגטיבית זה יצביע על האטה חמורה מהציפיות של המשקיעים, מה שלא יתמוך בהמשך עליית מחיר המניות, אבל כן יתמוך בשוק האג"ח. אנו נמצאים בחשיפה גבוהה לשוק האג"ח, שיכול להוות גידור מפני האטה כלכלית וליהנות מהורדות ריבית אנרגטיביות.

בתקופה של אי וודאות גבוהה איננו רואים מקום לקחת סיכונים ומקפידים על פיזור גבוה ושמירה על ההון. סביבת הריבית הגבוהה מאפשרת לקבל תשואות גבוהות באפיקים בהם הסיכון מוגבל יחסית. לטובת הפיזור של הנכסים מחוץ לישראל יש מקום להשקיע ולשלב אג"ח חול מנוטרל או חשוף מטבע חוץ כחלק מתיק האג"ח. בתחום החוב בארץ ובחול, אנו מעדיפים להתמקד בחוב באיכות אשראי גבוהה בחברות חזקות עם מינוף נמוך.

אנו רואים מקום לשלב חוב פרטי שאינו סחיר ברמת ביטחון גבוהה לטובת פיזור מקורות התשואה והקטנת התנודתיות, אם כי בשיעורים נמוכים מאשר בעבר לאור התשואות שניתן לקבל באפיק הסחיר. קבלת החלטות השקעה והקצאת נכסים צריכה להיות מבוססת על סמך תמחור הנכסים בהתאם למאפייני כל לקוח בבחינת מטרות ההשקעה, מידת שנאת הסיכון ולא מושפעת מתנודתיות השוק.

### טבלת אפיקים

אפיק/נכס	משקל חסר	ניטרלי	משקל יתר	שינוי מרבוען קודם
מניות				
ישראל				
ארה"ב				
מתעוררים				
אירופה				
אג"ח				
אגח ממשלתי ישראל				
אגח חברות מדורג				
אגח חברות לא מדורג				
אגח ממשלת ארה"ב				
אגח חברות חול בדירוגי השקעה				
אגח חברות חול לא מדורג				
אגח מתעוררים				
אלטרנטיבי				

הנתונים נכונים לתאריך 28.12.2023

על 3.85% פער של כ-0.2% מעל התשואה בתחילת השנה. להערכתנו השוק הקדים את המאוחר וירידת התשואות מוגזמת ואופטימית מדי. פרמיית הסיכון של מדינת ישראל יכולה לעלות בהתאם להתפתחויות, הסיכונים לתחזיות רבים הן ברמה של התפתחות הלחימה (תיתכן פתיחת חזית צפונית והסתבכות הלוחמה הנוכחית) והן ברמת התנהלות הממשלה בניהול התקציב וההשלכות על כלכלת ישראל, דירוג האשראי ויכולת גיוס כספים. בנוסף, גיוס מוגבר של אגרות חוב ממשלתיות לטובת מימון הפעילות יכול להביא ללחץ על מחירי האג"ח ולעליית בתשואות.

**שוק אג"ח החברות ישראל.** שוק האג"ח הקונצרני בארץ הציג חוסן לאורך השנה וסיים את השנה עם ביצועים חיוביים לאחר שבמהלך השנה שינה כיוון באופן ממותן יחסית בפברואר עקב משבר נזילות הבנקים בארה"ב ולאחר מתקפת הטרור והכניסה למלחמה ב-7.10. והתאושש משניהם. מדד תל בונד 60 עלה בשיעור של 4.87% ונסחר בתשואה שנתית לפדיון צמודת מדד של 2.69%, בדומה לתשואה בתחילת השנה, לאחר שכבר הגיע לתשואה שנתית לפדיון צמודת מדד באזור ה-4% לאחר מתקפת הטרור של 7/10. המדד נסחר במרווח של 1.56% מעל הממשלתי, מרווח נמוך מהמרווח בו נסחר בתחילת השנה על אף העלייה בסיכון. צפי להורדת ריבית גם בישראל כבר במהלך הרבעון הראשון של שנת 2024 תמך בעליית המחירים וירידת המרווחים. המרווחים נמוכים, אך התשואה האבסולוטית גבוהה יחסית בהשוואה לעבר בשל הריביות הגבוהות. בניגוד לשוק האג"ח העולמי, חוסר הוודאות בארץ מאוד גדול והסיכון גבוה משמעותית. יש מקום בבחירה סלקטיבית של נ"ע, לצד השקעה בחברות בעלות מינוף נמוך, מאזנים חזקים, בעלות יכולות החזר חוב ושירות חוב גבוהות.

**אלטרנטיבי.** אפיק החוב הלא הסחיר מהווה כלי לגיוון מקורות התשואה בתיק ההשקעות, הורדת התנודתיות והעלאת התשואה, כתוצאה מקבלת תוספת תשואה על אובדן הנזילות. בתוך אפיק זה, אנו מתמקדים בחוב מגובה בביטחונות ובאיכות אשראי גבוהה. בהמשך השנה, נבחן הגדלת השקעה באפיק הנדל"ן אשר הורדת הריבית תתמוך בעליית שווי הנכסים ובכדאיות ההשקעה.

### לסיכום.

אנו מגיעים לשנת 2024 לאחר שהשוקים עשו מהלך אנרגטיבי של עליית מחירים ותמחור שאינו זול. המחירים מגלמים את התרחיש האופטימי לגבי האינפלציה הצמיחה והורדת הריבית. המשקיעים מניחים הורדות ריבית אנרגטיביות בסביבה של כלכלה צומחת וזה לא מסתדר עם ירידה באינפלציה. להערכתנו קצב הורדות הריבית בארה"ב יהיה נמוך מהמגולם בשווקים, מה שעלול להביא לתנודתיות וריבאונד חלקי במחירים כלפי מטה גם בשוק האג"ח וגם בשוק המניות. נכסי הסיכון עשויים לסבול במחצית הראשונה של השנה בשל היחלשות כלכלית, אך עם שינוי מדיניות הבנקים, הביצועים יהיו טובים יותר ככל שהשנה תתקדם. בהינתן ותהייה תנודתיות יהיה מקום לנצל זאת לטובת הארכת מח"מ, קיבוע תשואה ובחינת הגדלת החשיפה למניות בהתאם לנסיבות.

אי הוודאות בשוק המקומי גבוהה מאוד ותלויה בהתפתחויות הביטחוניות ועל כן אנו ממשיכים לשמור על הטיה לשווקי מניות חו"ל



מדור חוק ומשפט

**AK**  
ALON KAPLAN  
ADVOCATE & NOTARY

ד"ר אלון קפלן, עו"ד  
מיטל ליברמן, עו"ד



# "נאמנות עיוורת"

## נכלי למניעת ניגוד עניינים

(א) בתוך 60 ימים מיום מינויו יעביר השר את הכספים ואת ניירות הערך שבבעלותו ובבעלות בני משפחתו לחברת נאמנות ציבורית ובלתי תלויה, אשר תחזיק ותנהל אותם בדרך של "נאמנות עיוורת".

(ב) השר ובני משפחתו לא ייתנו לחברת הנאמנות כל הוראות באילו ניירות ערך להחזיק ואילו ניירות ערך למכור או לרכוש, למעט הנחיה חד פעמית, קודם לתחילת מתן השירות, בדבר סוגי ההשקעה שייכללו בתיק ובדבר השיעור המרבי של כל סוג ביחס לשווי התיק, או הנחיה כי אלה יקבעו לפי שיקול דעתה של חברת הנאמנות.

(ג) חברת הנאמנות לא תמסור לשר ולבני משפחתו, כל עוד מכהן השר בתפקידו, כל מידע על העסקאות שנעשו בניירות הערך; המידע היחיד שיימסר יהיה שווי כלל ניירות הערך, הרווחים שמומשו, והמס ששולם בשל רווחים אלה.

ההודעה איננה מגדירה את משמעות המונח "נאמנות עיוורת", ומציינת אותו בסעיף ה"ל במרכאות כפולות. יחד עם זאת, מלשון הסעיף ניתן להסיק כי מדובר במנגנון שנועד למנוע מעובד הציבור שליטה בעסקיו והשקעותיו, זאת, על מנת שהמידע לא יהווה שיקול בעת מילוי תפקידו. עוד יש לציין כי פרק ד' להודעה מסדיר את פעילותה של הועדה למתן היתרים, שבמסגרת סמכויותיה מוסמכת לתת היתרים אישיים לעובדי ציבור הפוטרים את עובד הציבור מקיום חלק מהכללים שנקבעו בהודעה. כך לדוגמה, הועדה התירה לבת זוגו של שר, שלא להעביר את מניותיה בחברה פרטית מסוימת לנאמנות עיוורת, בניסיון המקרה המיוחד.

### נאמנות או שליחות?

אמנם סעיף 16 נוקט בלשון "נאמנות", אך עיון מעמיק יותר בחקיקה ובפסיקה מעלה שטיבה של הנאמנות עשוי להשתנות בהקשרים שונים. כך, בקצה האחד נמצאת הנאמנות הפרטית, המשמשת כלי להעברה בין-דורית של נכסים. במקרה כזה, היוצר מעביר את הבעלות בנכסים לנאמן ונפרד מהם עוד בחייו כך שאלו נגרעים מעיזבונו. מכאן ואילך, הנאמן מחזיק ומנהל את הנכסים בהתאם לתנאי הנאמנות שנקבעו ע"י היוצר ועל פי החוק. הנאמן עצמאי בהפעלת שיקול הדעת ואינו כפוף להוראות היוצר או הנהנה. נאמנות מסוג זה ידועה בלועזית בשם Trust. בישראל, נאמנויות פרטיות מוקמות ומוסדרות ע"י חוק הנאמנות, תשל"ט-1979.

לעומת זאת, בקצה השני, קיים הסדר שבמסגרתו בעל הנכסים מעביר לנאמן נכסים כדי שהנאמן יפעל באופן עצמאי בניהול הנכסים באופן שבעל הנכס אינו זכאי לנהל אותם או לתת הוראות לניהולם ויכול רק לקבל מידע על תוצאות הניהול. מערכת היחסים שבין בעל הנכסים והנאמן מוסדרת בהסכם שניתן להגדירו כ"הסכם נאמנות" או כ"הסכם

בשנים האחרונות התפרסמו בעיתונים דיווחים על "נאמנות עיוורת" בקשר למנגנון שנועד למנוע ניגוד אינטרסים של עובדי ציבור, כגון שרים וראש הממשלה.

בארה"ב "נאמנות עיוורת" מוסדרת בחוק האתיקה בממשל משנת 1978 (The Ethics in Government Act, 1978). חוק זה מגדיר את התנאים בהם למעשה רשאי פקיד הציבור להחזיק בנכסים, קרי: את תנאי הנאמנות העיוורת, ואלו הם: ראשית, על הנאמנות להיות מוחזקת בנפרד מפקיד הציבור ולהתנהל באופן עצמאי. שנית, חל איסור על הנאמנות מלכלול הגבלות על מכירה או העברה של נכסים. שלישית, חל איסור על פקיד הציבור לקבל כל מידע אודות הנאמנות פרט לעדכונים רבעוניים הנוגעים לשווייה, הכנסותיה והפסדיה לצורך הגשת בקשות להחזרי מס.



### מהי אותה "נאמנות עיוורת" ומה היא באה למנוע?

בהודעה בדבר כללים למניעת ניגוד עניינים של שרים וסגני שרים, תשס"ג-2003, אשר נכנסה לתוקפה בינואר 2003 (להלן "ההודעה"), נקבע כי "נאמנות עיוורת" היא מנגנון שנועד למנוע מעובדי הציבור העומדים בראש הרשות המבצעת - קרי: ראש הממשלה, השרים וסגני השרים - מלהימצא במצב של ניגוד עניינים (ס' 4 להודעה), וזאת מתוך המטרה לאפשר לכל אחד מהם למלא את תפקידו בלא משוא פנים, תוך גישה הוגנת כלפי הכול ומבלי שיהיה למי מהם ענין אישי בהחלטות או בפעולות המתבצעות במסגרת תפקידם, גם לא למראית עין (סעיף 3 להודעה).

סעיף 16 להודעה שכותרתו "העברת ניירות ערך לנאמנות" הוא זה שקובע את החובה להעביר נכסים לנאמנות עיוורת, וזה לשונו:

# יקב גלאי - הבוטיק של צפון-הנגב

GALAI Winery - The Northern-Negev Boutique



**GALAI**  
PREMIUM WINE  
SINCE 2002

יקב בוטיק משפחתי מהמובילים בארץ, השוכן במושב ניר-עקיבא בנגב הצפון-מערבי סמוך לנתיבות. הוקם ע"י סיגלית ואסף גלאי, חלוצים בתחום גידול ענבי איכות לייב באזור זה, בעידן החדש שהתפתח מאוד בתחום הייב בישראל בעשרים השנים האחרונות.

ביקב מיוצרים בקפידה רבה ייחודיים הזוכים לשבחים רבים, הערכה גבוהה, ביקורות מצוינות, כמו גם פרסים ומדליות נחשקות בתחרויות יין מקומיות ובינלאומיות בדגש על איכות מירבית.

במתחם קיים מרכז מבקרים אליו ניתן להגיע, להציץ אל מאחורי הקלעים של העשייה הייחודית, לסייר בכרם המטופח הסמוך, לטעום מגוון יינות, להתענג על גבינות ומטעמים נוספים מתוצרת מקומית וליהנות בכיף באווירה נעימה, נינוחה ואוטנטית.



לחיי היין  
הישראלי

! לחיים

לפרטים נוספים, הזמנת יין ומשלוח עד הבית:

[www.galai-winery.co.il](http://www.galai-winery.co.il)

[galai.winery@gmail.com](mailto:galai.winery@gmail.com) • 054-2166321

אינסטגרם: [galai\\_winery](https://www.instagram.com/galai_winery) • פייסבוק: יקב גלאי GALAI winery

לינות אין כשרות רבנית כלשהיא • הכניסה למתחם למוכרים בלבד (אפשר ילדים מגיל 16 בליווי הורים ותינוקות עד גיל שנה) • לא ניתן להגיע עם בעלי חיים • כניה הינם ובשפע שעות פעילות משתנות לעתים בהתאם לעונה ובכלל • רצוי לתאם הגעה מראש ולשריין מקום משלוחי יין בארץ לייעדים: קרית-שמרונה עד באר-שבע (לא כולל רמתי, יישי, ערד ואילת)

שליחות". נאמנויות מסוג זה מוסדרות הן ע"י חוק הנאמנות, תשל"ט-1979, אך גם ע"י חוק השליחות, תשכ"ה-1965.

כיצד אפוא ניתן לסווג את "הנאמנות העיוורת" בסקאלה שבין נאמנות מובהקת לבין נאמנות שהיא שליחות במהותה?

בענייננו, ניתן לראות כי ההודעה קובעת רק את מערכת היחסים בין עובד הציבור לחברת הנאמנות, אך לא מסדירה את כל תנאיה. על כן, יש להניח שצריך שיהיה הסכם בין עובד הציבור לבין חברת הנאמנות לצורך קיום דרישות ההודעה. כמו כן, לפי סעיף 16, עובד הציבור מחויב להעביר את הבעלות בניירות הערך לחברת הנאמנות, שתחזיק אותם כפיקדון לזכות עובד הציבור.

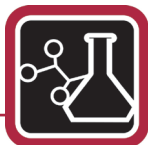
יש קווי השקה רבים למערכת היחסים בין שולח לשלוח. במובן זה, אמנם הבעלות בניירות הערך עוברת לחברת הנאמנות, אך הסמכות שלה לפעול לגביהם היא קצרת מועד ופוקעת בסיום כהונתו או עם פטירתו של עובד הציבור, או אז ניירות הערך חוזרים לבעלותו של עובד הציבור, או לעיזבונו, לפי העניין.

לסיכום, מנגנון הנאמנות העיוורת דומה במאפייניו יותר לשליחות מאשר לנאמנות, וזאת לאור העובדה שמדובר בהסדר זמני בלבד שאינו גורע את הנכסים מבעלותו של עובד הציבור. לעניין זה, עובד הציבור אינו רשאי לתת הוראות לחברת הנאמנות ולחברת הנאמנות סמכות מוגדרת להחזיק ולנהל את ניירות הערך בלבד, ובתום התקופה - להשיבם. רצוי שהמחוקק יסדיר את תנאי "הנאמנות העיוורת" כפי שנעשה בארה"ב כאמור לעיל.

ד"ר אלון קפלן, מחבר הספר: נאמנות בישראל - הלכה למעשה, הוצאת הלכות בע"מ, רחוב ז' בחשוון 6, רמת השרון 4722006, להזמנות - טלפון: 03-5492687, פקס: 03-5492687, [dror@halachot.net](mailto:dror@halachot.net), 5490545

ד"ר אלון קפלן, עו"ד, נשיא STEP ישראל, אגודת הנאמנים הבינלאומית, וחבר האקדמיה הבינלאומית לנאמנויות והון משפחתי. אלון חבר בלשכת עורכי הדין בישראל מ-1970 - בניו יורק מ-1990 ופעל כעורך דין בפרנקפורט משנת 2010 עד שנת 2022. בין מיסדי STEP ישראל, שימש כיו"ר הסניף בישראל וכיום מכהן כנשיא הארגון בישראל. הרצה בפקולטה למשפטים של אוניברסיטת תל אביב בלימודי תואר שני ומתאם קורס הדיפלומה של STEP בישראל. אלון שימש כיועץ לוועדה למיסוי נאמנויות של רשות המיסים. עורך ספרים בנושאי נאמנות ופרסם מאמרים רבים בתחום הנאמנות והטיפול בהון המשפחתי בכתבי עת מובילים בעולם. אלון חבר במועצת הנאמנים של ארגון IMPACT המעניק מלגות לימוד לחיילים משוחררים יוצאי יחידות קרביות וחבר והמועצה הבינלאומית של מכון וייצמן.

מיטל ליברמן, עו"ד, TEP, מייצעת ללקוחות בישראל ומחוצה לה בתחום הנאמנויות וההעברה בין-דורית של נכסים מזה יותר מעשור. מיטל חברה בלשכת עורכי הדין בישראל משנת 2013, בוגרת אוניברסיטת בר אילן במשפטים (LLB) משנת 2012 ומוסמכת אוניברסיטת ת"א במשפט מסחרי (LLM) משנת 2015. מיטל חברה בארגון הבינלאומי STEP לעוסקים בנאמנויות והעברה בין-דורית משנת 2015, וזאת לאחר שהשלימה שנתיים של לימודים מטעם הארגון והוענקה לה דיפלומה ב-International Trust Management. בשנת 2018 מיטל הוסמכה ע"י האפוסטרופוס הכללי ולשכת עורכי הדין לערוך ייפוי כוח מתמשכים. מיטל מרצה במסגרות שונות ומפרסמת מאמרים רבים בכתבי עת וספרים בארץ ובחו"ל בתחום התמחותה, ובין היתר, היא העורכת הראשית ומחברת אורחת של הספר "נאמנות בישראל: הלכה למעשה" מאת ד"ר אלון קפלן (2017), ומחברת הפרק "Adaptation Throughout History: The Journey of the Israeli Trust from a Charitable Trust to an Estate Planning Instrument", שפורסם בשנת 2022 בשיתוף עם אוניברסיטת מלבורן.



מרכז טכנולוגיה ומדע

פרופ' קולין פרייס



אוניברסיטת תל אביב  
TEL AVIV UNIVERSITY



# תגלית חדשה: יערות הגשם בסכנה בשל הפחתת סופות הרעמים באזור

## כריתת היערות באמזונס עשויה להקטין את כמות סופות הרעמים ולפגוע ביער הגשם שמספק לנו חמצן בשל הפחתת סופות הרעמים באזור

### איום נוסף על הריאות של כדור הארץ

"יערות האמזונס הם יער הגשם הטרופי הגדול ביותר בעולם, והם ממלאים תפקיד קריטי בוויסות אקלים כדור הארץ", מסביר פרופ' פרייס. "יערות אלה אף מכונים 'הריאות של כדור הארץ', מכיוון שבאמצעות תהליך הפוטוסינתזה הם מייצרים חלק משמעותי מהחמצן באטמוספירה וסופגים ממנה כמות גדולה של פחמן דו-חמצני - גז חממה שיש לו תרומה משמעותית לשינויי האקלים. בנוסף, יערות הגשם עצמם מייצרים גשם: העצים פולטים לאוויר אדי מים שהופכים לגשם מקומי, וגם נישאים על ידי הרוח ומביאים גשם למקומות מרוחקים."

עם זאת החוקרים מציינים כי תהליכים חשובים אלה מצויים כיום בסכנה בשל פעילות נרחבת של בירוא יערות באמזונס. "כשהאדם כורת עצים ומפנה שטחים לצרכים מגוונים: שימוש בעץ עצמו, חקלאות, פיתוח תשתיות, כריית מינרלים, ועוד. למעשה, ב-30 השנים שבין 1990 ל-2020 חוסלו באגן האמזונס יערות ששטחם הכולל גדול מיבשת אירופה כולה. הרס היערות גורם לפגיעה ברמת החמצן ולעלייה בגזי החממה

חוקרים מאוניברסיטת תל אביב מצאו לראשונה כי בעשורים האחרונים, בעקבות הפעילות המתמשכת של כריתת היערות באגן האמזונס, ירד משמעותית מספר סופות הרעמים באזור זה, והצטמצם המרחב שבו הן מתרחשות. לדבריהם, מדובר בממצא מפתיע: "במרבית האזורים בעולם ההתחממות הגלובלית גורמת לעלייה במספר סופות הרעמים, אך במחקר זה גילינו שבדיוק באזורים בהם בוראו היערות, מספר הסופות דווקא ירד. הממצאים הללו מדאיגים מכיוון שירידה בכמות הסופות מביאה לירידה בכמות הגשמים, אשר בתורה גורמת לפגיעה נוספת ביערות - וחוזר חלילה. מדובר בתהליך מסוכן של היזון חוזר, שעלול לפגוע קשות ביערות שמספקים לנו חלק ניכר מהחמצן באטמוספירה וקולטים חלק גדול מהפחמן הדו-חמצני שנפלט על ידינו לאטמוספירה."

המחקר הובל על ידי פרופ' קולין פרייס והסטודנט ראם בקנשטיין מהחוג לגיאופיזיקה בבית הספר לסביבה ולמדעי כדור הארץ ע"ש פורטר באוניברסיטת תל אביב. המאמר פורסם בכתב העת Quarterly Journal of the Royal Meteorological Society (QJRMS).



והתפלגות סופות הרעמים לבין שינויים בטמפרטורה באזור האמזונס החל משנות ה-80. ניתוח סטטיסטי של הנתונים העלה ממצאים מפתיעים: על אף העלייה בטמפרטורה הנובעת מההתחממות הגלובלית, חלה ירידה של כ-8% בהיקף סופות הרעמים. החוקרים: "כשבדקנו לעומק את הממצאים הבלתי צפויים, גילינו שאזורי הירידה בסופות הרעמים חופפים במידה רבה לאזורים שבהם בוצעה פעילות נרחבת של בירוא יערות. זו הפעם הראשונה שהתגלה קשר בין סופות רעמים לבירוא יערות. לפי ההערכה שלנו, אובדן של כל מגטון פחמן - שווה ערך לכמיליון עצים גדולים שנכרתו, מביא לירידה של כ-10% במספר סופות הרעמים."

פרופ' פרייס מסכם: "במחקר זה בדקנו מגמות בסופות רעמים באגן האמזונס בעשורים האחרונים. ציפינו למצוא עלייה בכמות הסופות בעקבות ההתחממות הגלובלית, כפי שנצפה באזורים רבים בעולם, אך להפתעתנו מצאנו מגמה הפוכה: ירידה של 8% במהלך 40 שנה. בירור נוסף העלה שמרבית הירידה נצפתה בדיוק באזורים בהם יערות הגשם בוראו והוחלפו בחקלאות או בשימוש אחר של האדמה. ניתן להסביר זאת בכך שבהיעדר היערות פחתה משמעותית הלחות באוויר, שהיא מקור האנרגיה והלחות להיווצרות סופות רעמים. התוצאה היא פחות סופות רעמים, פחות עננים, פחות גשם, וכתוצאה מכך גם פחות צמיחה של היער. כך נוצר תהליך של היזון חוזר שיכול לגרום להתייבשות היערות, דבר שעלול לפגוע משמעותית באפקטים החיוניים של היריאות של כדור הארץ - ייצור חמצן וספיגת פחמן דו חמצני."

באטמוספירה, וגם לשיבוש בגשמים שעלול להגיע לכדי בצורת באזורים מסוימים. בנוסף, לעתים קרובות העצים שנכרתו נשרפים, וכך נפלט לאוויר פחמן דו-חמצני נוסף, שמגדיל את הנזק הסביבתי".  
במחקר זה, הראשון מסוגו בעולם, ביקשו החוקרים לעקוב אחר שינויים בהיקף סופות הרעמים באגן האמזונס בעשורים האחרונים. בהיעדר נתוני סופות רעמים מהאמזונס שחוזרים עשרות שנים אחורה, בנו החוקרים מודל אמפירי המסתמך על פרמטרים אקלימיים מהמרכז האירופאי ERA5, שאוסף נתונים מאז 1940, ולצד נתוני סופות רעמים שנאספו באמצעות רשת עולמית של חיישנים לאיתור ברקים שנקראת WWLLN - Worldwide Lightning Location Network.  
"ברק הינו תוצאה של עדה חשמלי עצום שנפרק בבת אחת, ומשדר גלי רדיו שניתן לקלוט אותם גם במרחק של אלפי קילומטרים" מסביר פרופ' פרייס. "החיישנים של רשת WWLLN פרוסים ב-70 מוסדות מחקר בכל העולם, והם קולטים וממפים סופות רעמים בכל מקום על פני כדור הארץ, בזמן אמת וללא הפסקה. גם כאן באוניברסיטת תל אביב, על הגג של הבניין למדעים מדויקים, יש לנו חיישן שקולט גלי רדיו מסופות רעמים שמתחוללות באזור שלנו, וגם באפריקה, בהודו, ואפילו בדרום אמריקה. הצלבת המידע מהתחנות השונות, מאפשרת קביעה מדויקת של המיקום והזמן של כל ברק, וכך מתקבלת מפה גלובלית של ברקים לאורך זמן."

**ירידה של כ-8% בהיקף סופות הרעמים**  
באמצעות המודל האמפירי בדקו החוקרים את הקשר בין כמות

## isis מבשלת בירה - מושב דקל, משק 22

אייסיס מבשלת בירה בוטיק במושב דקל בקצה הנגב המערבי ליד גבול מצרים, ISIS על שמה של האלה, המצרית אלת השפע הפריון והדגן, אנו פועלים כבר 18 שנה - היינו לפני...  
**מבשלת בוטיק מראשונות הז'אנר, 7 סוגי בירה קבועים ובירות עונתיות,**  
בחצר המבשלה (beer garden) פינות ישיבה. פודטראק מטבח חוץ וכיבוד ליד הבירה...  
במה פתוחה להופעות חיות וג'אם סאשנס, עמדת dj - מתעדכן בעמוד הפייסבוק.

שישי- 17:00 - 12:00 שבת-סגור. **אמצע השבוע - בתיאום מראש 054-6428598**

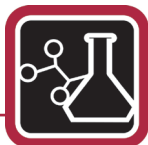
IsisBrewery | [www.isisbeer.co.il](http://www.isisbeer.co.il) | [isis-brewery](https://www.instagram.com/isis-brewery)



**מרכז מבקרים:** אנו עורכים סיור במבשלה לקבוצות בתיאום מראש, נותנים הסברים על תהליך בישול הבירה, מספרים קצת על עצמנו, מגישים טעימות מכמה סוגי בירה, מוגש כיבוד קל-בייגלה/בטנים/זיתים. אנו מאפשרים להביא ארוחות מוכנות / כריכים / קייטרינג-כרוך בתשלום דמי שימוש במקום. הבירה כשרה עם תעודה. המזון כשר ללא תעודה. במקום חניה גדולה לאוטובוסים וכלי רכב פרטיים. 3 תאי שירותים(אחד מוגש). ימי פעילות: א - ה בתיאום מראש 054-6428598

**מוצרים ושירותים:** בירה בבקבוקים מ-7 סגנונות וסוגים קבועים וכן בירות עונתיות נוספות - יש להתעדכן במלאים לפני הזמנה. משלוחים לרכישות מרוכזות כמארזי שי - שישייה/רבעייה או בתפוזרת כמתנות לעובדים. מזיגת בירה מחבית באירועי חברה מעמדות וברים ממותגים - בירה מסוגים שונים, סידר, גוזו. אירועים החל מ50 איש.





מרכז טכנולוגיה ומדע

ד"ר יונת אשחר, מכון דוידסון, מכון ויצמן למדע



# אין שכל אין דאגות

## מחקר חדש מראה שאנשים בעלי יכולות קוגניטיביות נמוכות נוטים לאופטימיות יתר, ומעריכים שבעתיד מצבם הכלכלי יהיה טוב יותר, ללא בסיס עובדתי

המבוססת על ראייה ורודה מדי של העתיד. אבל יכול להיות שזה אינו כל הסיפור. במאמר שהתפרסם לאחרונה, הציע החוקר הבריטי כריס דוסון (Dawson) שאנשים המראים אופטימיות יתר עושים זאת מפני שמבחינה קוגניטיבית, זה קל יותר - והם חסרים את הכישורים הקוגניטיביים הדרושים להתגבר על ההטיה הזו. במילים אחרות, אנשים פחות אינטליגנטיים נוטים לחזות עתיד רווד יותר, לפחות בכל הנוגע למצב הכלכלי שלהם, כי הם נעדרי היכולת הדרושה לניתוח ריאליסטי יותר.

נתחיל בשאלה: האם אתם חושבים שבעוד שנה, מצבכם הכלכלי יהיה: 1. טוב יותר בהשוואה למצב כיום; 2. פחות טוב מהמצב כיום; או 3. בערך אותו דבר?

ספרים רבים של עזרה עצמית, ופוסטים רבים עוד יותר של גורואים מטעם עצמם ברשתות החברתיות, אומרים לנו שחשוב מאוד תמיד לחשוב חיובי ולהיות אופטימיים. "תחשוב טוב - יהיה טוב", הם מנמיכים, וטוענים שהאמונה שלנו בטוב שעתיד להתרחש תעזור לו להתגשם. הם בוודאי היו מייעצים לכם לבחור באפשרות הראשונה.

מחקרים מדעיים אומנם לא הראו שלאופטימיות יש יכולת לשנות את היקום ולנפח את חשבון הבנק שלנו, אבל הם כן מצאו שאנשים אופטימיים עשויים להיות שמחים יותר, וליהנות מהציפייה להצלחה עתידית, במקום לבלות את זמנם בחרדה מפני כישלון. עם זאת, לאופטימיות יתר יש גם חסרונות. אנחנו מחליטים החלטות על בסיס התחזיות שלנו לעתיד - כולל מה יהיה המצב הכלכלי שלנו. אנשים שבתוחים תמיד שבעתיד יהיה טוב יותר עלולים להוציא כסף רב, להיכנס להשקעות עסקיות מסוכנות ולשקוע בחובות, אם וכאשר התחזית האופטימית הזו לא תתגשם.

אופטימיות יתר כזו היא סוג של הטיה קוגניטיבית, הנטייה להפחית בחשיבות הסיכונים העתידיים ולהפריז בסיכוי להתרחשותם של אירועים חיוביים. זו הטיה נפוצה מאוד: אנשים נוטים לא להאמין שהם יחלו במחלות קשות, יתגרשו או יפתחו בעיית שתייה, למשל, ולעומת זאת מעריכים שבעתיד ירוויחו סכומי כסף גדולים יותר ממה שהערכה אובייקטיבית הייתה חוזה. מדוע אנשים כה רבים מציגים אופטימיות מוגזמת, אם זו עלולה להוביל להחלטות לא נכונות?

ייתכן שהיתרונות הרגשיים שהאופטימיות מספקת חשובים יותר, וגורמים לנו להתמיד בכך למרות הסיכון שבקבלת החלטה



מבחינה קוגניטיבית קל יותר להיות אופטימיים. משקפים ורודים | mongione, Shutterstock |

### טועים לכיוון האופטימי

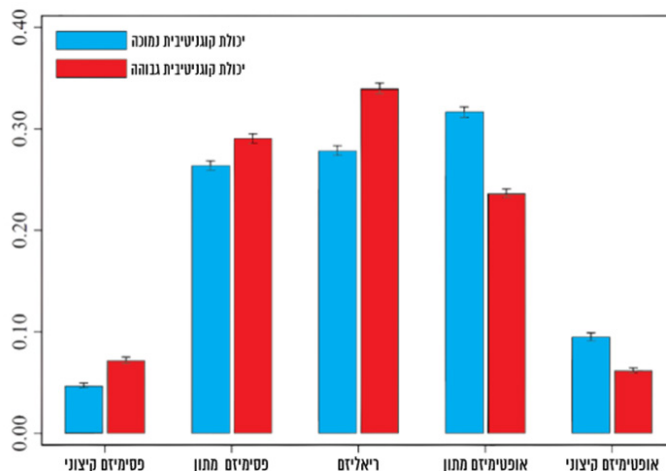
דוסון נעזר בנתונים שנאספו כחלק ממחקר גדול שנקרא Understanding Society - "מבינים את החברה". כ-40 אלף משקי בית השתתפו במחקר במשך 12 שנים, בין 2009 ל-2021. בין השאר נאספו נתונים על מצבם הכלכלי, ונערכו מבחנים קוגניטיביים שונים שבדקו זיכרון, יכולות מילוליות ומתמטיות ועוד. כל שנה המשתתפים גם נשאלו את השאלה שהפנינו אליכם

האופטימיות. רוב האנשים מצפים באופן אינטואיטיבי שיהיה טוב יותר. חלקנו, עם זאת, מסוגלים לעצור ולא לפעול מייד לפי התשובה שמגיעה מהמערכת הראשונה, אלא לבצע ניתוח לוגי ומציאותי יותר של המצב. "זה מצביע על כך שבעוד לאנשים יש נטייה מולדת לצפות לטוב, אלו שיש להם יכולות קוגניטיביות גבוהות ניחנים גם ביכולת להתעלם מהתגובה האוטומטית הזו כשזה נוגע להחלטות חשובות", אמר דוסון. אם אנחנו נוטים באופן מולד להיות אופטימיים, אולי זה אומר שכדאי לנו לפעול לפי הנטיות הללו? דוסון אינו חושב כך. "הבעיה עם העובדה שאנחנו מתוכנתים לחשוב באופן חיובי היא שזה יכול להשפיע באופן שלילי על איכות קבלת ההחלטות שלנו, במיוחד כשאנחנו צריכים להחליט החלטות רציניות". אמר. הוא בהחלט אינו חסיד של המוטו "תחשוב טוב - יהיה טוב". "המושג של 'חשיבה חיובית' מוטמע בחברה שלנו, ואיש כמעט אינו מעלה ספקות לגביה", סיכם. "זה יהיה בריא לחברה שלנו לחשוב שוב על האמונה הזו".



בתחילת הכתבה: מה לדעתכם יהיה מצבכם הכלכלי בעוד שנה? הממצאים שאסף דוסון הראו שאנשים שהיכולות הקוגניטיביות שלהם היו גבוהות מהממוצע נטו יותר להערכות ריאליסטיות (מציאותניות), או אפילו פסימיות, של מצבם הכלכלי העתידי. לעומתם, אלו שקיבלו ציונים נמוכים במבחנים הקוגניטיביים נטו לאופטימיות יתר.

מה יכול להיות ההסבר לכך? זה לא שחלק מהאנשים פשוט לא מצליחים לחשוב קדימה, אמר דוסון בהודעה לעיתונות, שכן הטעויות היו כמעט תמיד בכיוון אחד: הערכת יתר של המצב הכלכלי העתידי. "לחזות את העתיד במידת דיוק ראויה זה קשה, ומסיבה זו אנחנו עשויים לצפות שאנשים בעלי יכולות קוגניטיביות נמוכות יעשו טעויות בשיפוט שלהם, גם לכיוון הפסימי וגם לכיוון האופטימי. אבל התוצאות ברורות: יכולת קוגניטיבית נמוכה מובילה להטיות אופטימיות, שמחמיאות לבעליהן - אנשים משלים את עצמם במידה מסוימת".



**הקשר הצפוי בין יכולת קוגניטיבית ובין אופטימיות לא מציאותית. יכולת קוגניטיבית נמוכה בכחול, יכולת קוגניטיבית גבוהה באדום | מתוך מאמר המחקר**

### תחשוב טוב, יהיה - מה שיהיה

ההסבר להטיה החד-צדדית הזו עשוי להיות טמון במערכת קבלת ההחלטות שלנו. אחד המודלים גורס שיש במוחנו שתי מערכות שעוסקות בכך: המערכת הראשונה היא מהירה ואינטואיטיבית ומבוססת על רגש; ואילו המערכת השנייה היא המערכת הלוגית, שמבצעת ניתוח אובייקטיבי של המצב ופועלת לפני הנתונים. בעוד ההפעלה של המערכת הראשונה היא אוטומטית, דרוש מאמץ קוגניטיבי כדי להפעיל את המערכת השנייה. כשאנחנו נשאלים על הציפיות שלנו לשנה הבאה, התשובה של המערכת האוטומטית, המבוססת על רגש, נגועה בהטיית



מרים זקהיים, עורכת תוכן, הספרנים



הספרנים



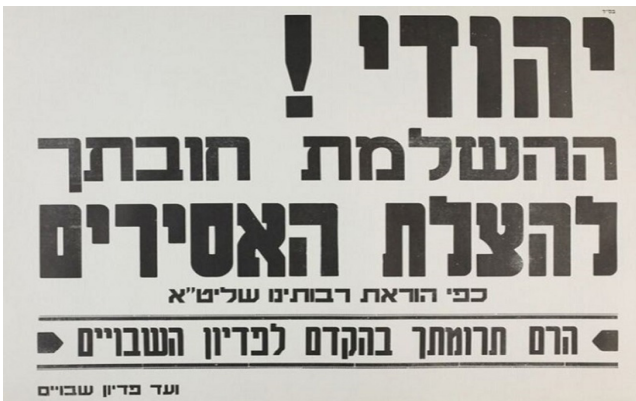
# סיפורו של עם שפודה את שבוייו

בין אברהם אבינו המציל את אחיינו שנלקח בשבי לבין סרטונים של נשים וילדים שבויים עולים על מסוקי צה"ל בדרך חזרה לארץ, בשלהי 2023, מקופלות אלפי שנים שבהן יהודים נאבקו, שילמו את מיטב כספם ואף סיכנו את חייהם כדי לפדות ולהציל את בני עמם שנשבו ונאסרו

מלך סדום ומלך שלם (היא ירושלים) מחכים להם עם פרחים ומתנות (לא באמת. בסך הכל לחם ויין), ואברהם מעביר אליהם את השלל. הוא לא יצא למלחמה כדי להתעשר, הוא יצא כדי להציל את לוט ואת שאר השבויים שנשבו עמו. זהו כנראה אירוע שחרור השבויים הראשון בהיסטוריה הלאומית שלנו. היהדות מתייחסת בחומרה רבה לשבי של אדם. אחת מעשרת הדברות היא "לא תגנוב" - והכוונה היא לגניבת בני אדם, לא רכוש. העונש על כך הוא מוות - "וגונב איש ומכרו, ונמצא בידו מות יומת" (שמות פרק כא פסוק טז). כפועל יוצא מכך, ואולי גם מהעובדה שאנחנו עם שנולד מתוך השבי במצרים - שחרור השבויים מצרתם הפך לציווי מוסרי נעלה. משהו שחובה לעשותו. הרמב"ם כותב על מצווה זו כך: "ואין לך מצווה רבה כמו פדיון שבויים שהשבוי הוא ככלל הרעבים והצמאים ובכלל הערומים ועומד בסכנת נפשות" (הלכות מתנות עניים, פ"ח, י).



אחד מהם היה אביה של אומה. את השני ההיסטוריה זוכרת בתור אחיינו, ההוא שעזב יחד איתו את המולדת והצטרף למסע הכמעט מטורף לארץ חדשה. זה לקח קצת זמן, וסיבוב קצר והרפתקני במצרים, עד שבסופו של דבר הם התיישבו בארץ כנען. אבל אז, האחייין נפל בשבי - הוא וכל אשר לו. זה קרה בעקבותיה של מלחמה שלא נגעה להם כלל, בין קבוצות שונות של מלכי-ערים עם שמות מוגזמים כמו כדלעומר ואמרפל. כשאברהם אבינו שומע שלוט אחיינו נפל בשבי, הוא לא מהסס אפילו לא לרגע אחד. הוא אורז את אנשי משק ביתו ואת בני בריתו הקרובים - כולם ביחד בסך הכל 318 איש - ויוצא לרדוף אחרי ארבעת המלכים השובים וצבאותיהם, אלה שזה עתה ניצחו ניצחון מוחץ בקרב עמק השידים חמישה מלכים גדולים. המרדף מתנהל מסדום עד דמשק, ובסופו אברהם מצליח להציל את לוט: "וגם את לוט השיב וגם את הנשים ואת העם". (בראשית, יד, טז)



כרזה מתוך אוסף הפשקווילים של הספרייה הלאומית לפי ההלכה, פדיון שבויים קודם לדברים רבים אחרים: עם ישראל מצווה לפדות את השבויים לפני שהוא דואג לעניים ולרווחתם, ואף מותר למכור ספר תורה כדי לפדות שבויים בתמורה המתקבלת ממכירתו. גם כשגבר נושא אשה, הוא מתחייב לה בעשרה דברים, אחד מהם הוא: לפדותה אם נשבת. מי שקיים את החובה הספציפית הזו היה דוד המלך. בעוד הוא עסוק עם בלאגן פלישתי בחלק אחר של הארץ, אחינועם ואביגיל - שתיים מנשותיו - השתכנו בעיר ציקלג. העמלקים שחיו בסביבה ניצלו את העדרם של המלך וצבאו, עלו על העיר, שרפו אותה עד היסוד ולקחו את כל הנשים והילדים בשבי. כשחזר דוד לעיר שרופה וריקה, הוא קיבל החלטה



פגישת אברהם עם מלכי-צדק. ציור מהמאה ה-15 המוצג בקתדרלת סנט-פטר בלון, בלגיה

כדי להציגם למכירה. התחושות הקשות של השבויים לא היו זרות לבני הקהילות היהודיות באשר הן. גם אם לא חוו את החוויה על בשרם, כולם גדלו וחונכו על סיפורי הגלות - החל מגלות מצרים, דרך גלות בבל ומאוחר יותר חורבן הבית השני ואיתו סיפורי האימה אודות שיירות השבויים שנלקחו לרומא. השבויים היהודים היו אחיהם, ומצווה גדולה הייתה לפדות אותם, גם בדמים מרובים. וגם אם לא ידעו מי הם.

היו מקרים בהם המאמץ לפדיון השבויים היה לשווא - הם היו חולים ופגועים מתלאות הדרך ומהתעללויות פיזיות שעברו, ומתו מהר מאד. לעומת זאת בפעמים אחרות, שחרורם עזר להפריח קהילות חדשות או להעלות את קרנן של קהילות קיימות.

כזה היה, למשל, סיפורם האגדי של "ארבעת השבויים". ארבעת השבויים היו לפי האגדה ארבעה חכמים שיצאו מבבל או מהעיר בארי שבאיטליה (תלוי את מי שאלתם). ספינתם נקלעה למארב של ספינת פיראטים בים התיכון, והם נלקחו בשבי. בתקופה ההיא, שלהי תקופת הגאונים בבל ו-150 שנה לפני שנולד הרמב"ם, המרכז הרוחני היהודי העיקרי היה בבבל. היהודים בקהילות צפון אפריקה, איטליה וספרד היו תלויים מבחינה דתית כמעט לחלוטין בחכמים שישבו בבבל ובפסקי ההלכה שלהם, שהגיעו במקרה הטוב באיחור של מספר חודשים.

הפיראטים לא נפטרו מכל השבויים בבת אחת, אלא הציעו את מרכולתם האנושית בנקודות שונות בהן חנו במסעם. כך נפוצו ארבעת החכמים שנשבו בקשת גאוגרפית רחבה מאד - ממצרים במזרח, דרך מרוקו ועד ספרד במערב. בכל אחד מהמקומות שהגיעו אליהם ופדו אותם, הם עזרו לבסס מרכז רוחני עצמאי.

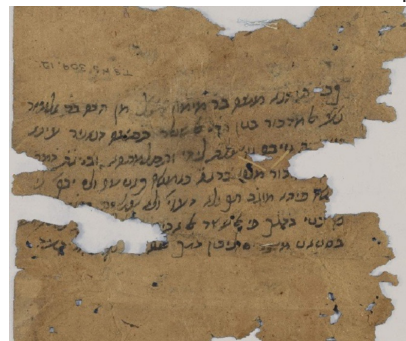
לספרד הגיעו רבי משה בן חנוך ובנו, שאף הוא נקרא חנוך. הם נפדו בדמים מרובים על ידי קהילת קורדובה, שהייתה בזמנו קהילה קטנה ומתפתחת. איש בקהילה לא ידע מי הם השניים לבושי הבלויים, ובכל זאת - לא היססו כשנדרשו לשלם סכום גבוה בהרבה ממה שהקהילה יכולה היתה להרשות לעצמה. דבקוּתם במצוות פדיון השבויים השתלמה עשרות אלפי מונים: מאוחר יותר הבינו במי מדובר ורבי משה מונה לעמוד בראש הישיבה שהוקמה בעיר. עם הזמן קורדובה הפכה למרכז תורני חשוב ומשמעותי ופריחתה, לצד קהילות נוספות באזור, הייתה חלק בלתי נפרד מתור הזהב של יהדות ספרד.

לצאת למרדף אחרי גדוד העמלקים, על אף שיכול היה לקחת איתו רק פלוגה קטנה של כ-400 איש, (שמתוכם 200 נשרו בסופו של דבר באמצע הדרך). למזלם הם תופסים בדרך נער מצרי, עבד של אחד החוטפים. הוא מכוון אותם למקום החנייה של הגדוד העמלקי, שם הם צופים נדהמים בחניגות הנהלבות עם השלל שנלקח מציקל (הנשים), ניתן להניח במידה סבירה של ביטחון, היו חלק בלתי נפרד מהשלל). יתרון ההפתעה עומד לצד דוד ואנשיו והם מתחילים להרוג בבוזזים החוגגים עד שהנותרים נסים על נפשם, מותירים מאחוריהם את הרכוש כמעט בשלמותו ונשים פגועות אבל לפחות חיות.



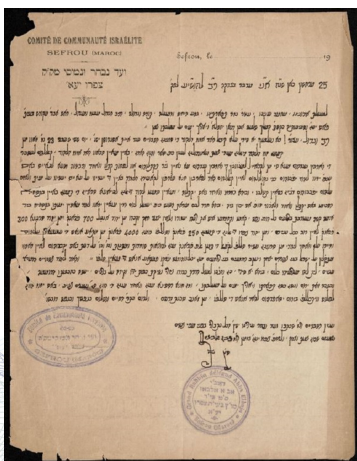
שוק העבדים בקונסטנטינופול, המאה ה-19, ציור מאת ויליאם אלן אבל סיפורי הצלה מרהיבים סטייל מארוול, גם אם סופרו אודות אבותינו ומלכי ישראל בתנ"ך, לא היו הדרך העיקרית להתמודדות של עם ישראל עם פדיון שבויים.

בשנות הגלות של העם היהודי מארצו כל מה שיכלו מנהיגי הקהילות היהודיות לעשות היה לאסוף כסף - כופר - תמורת השבויים, או לשכנע קהילות אחרות, עשירות יותר, שייטיעו כשהגיעו שבויים לפתחן. בגניזת קהיר, למשל, נתגלו התכתובות של הרמב"ם עם קהילות שונות שעניינן פדיון שבויים - כמה שבויים יש ואיפה, וכמה כסף דרוש כדי לפדותם. ביניהן, השתמרה גם קבלה החתומה בכתב ידו של הרמב"ם עצמו על סכום שנתרם לטובת פדיון שבויים, כאשר הקבלה מפרטת כי התורם קיבל את הכסף ממכירת רכושו.



קהילה החתומה בכתב ידו של הרמב"ם (הקבלה נמצאת היום בספרייה אוניברסיטת קיימברידג') קיימברידג')

השבויים שנפדו על ידי הקהילות במצרים לא היו חבריהם ובני משפחתם של אלה שתרמו את הכסף לפדיונם, אלא "סתם" יהודים שהגיעו בדרך כלל ממקומות רחוקים מאד כמו מסופוטמיה ודרום אירופה. הם נשבו על ידי שודדי ים או שודדי דרכים והובאו לערים הגדולות בצפון אפריקה



אגרת מרבני צפרו לרבני מכנאס בענין פדיון שבויים יהודים/ שנשבו בידי שבטים ברברים.

שחרור דפלומטיים, תיעוד תפילות לשחרורם של האסירים או שורות בספרי חשבונות שמציינות סכומים שהופנו ל"פדיון שבויים". ההצלחות, ככל הנראה, היו מעטות.



המצבות על קבריהם של המהר"ם מרוטנבורג ואלכסנדר זיסקינד ווימפן בבית הקברות בוורמס (וורמייזא) שנים רבות מאוחר יותר, עם הכיבוש הבריטי בארץ, פדיון השבויים קיבל תפנית חדה בצביונו - לא עוד תשלומי כופר (או שוחד לפקידים עותמנים). האסורים בבתי הכלא הבריטיים היו עכשיו עם זיקה צבאית - חברי המחנות והלוחמים לשחרור הארץ. לצד נסיונות (כושלים בעיקר) דיפלומטיים, חזרו את בני היישוב והפעילים המחתרתיים לדרכם של אבותיהם מימי התנ"ך ועצמאות ממלכת יהודה - הדרך הצבאית.

ב-4 במאי 1947 פשט האצ"ל על כלא עכו, כדי לשחרר את אסירי המחנות. זו הייתה פעולה מורכבת שכללה תיאום בין מספר צוותים (כולל מול האסירים עצמם), התחזות לחוליית הנדסה בריטית ואנשי תחזוקה וקרב רייות עם יחידת צנחנים בריטית שאבטחה את הכלא.

היישוב היהודי סער. 41 אסירים יהודים הצליחו להימלט, 6 מתוכם נהרגו ו-8 נתפסו והוחזרו לכלא. 3 מחברי הכוח התוקף נהרגו אף הם ו-3 נוספים נתפסו והוצאו להורג מאוחר יותר. בנוסף, ברחו באותו יום מהכלא גם למעלה מ-180 אסירים ערבים. רובם נתפסו, אבל חלקם - וביניהם פושעים מסוכנים עם פוטנציאל משמעותי להרג יהודים בהמשך - הצליחו להישאר בחוץ. האם היה מדובר בפעולה הרואית של פדיון שבויים או בפעולת התאבדות מיותרת שסיכנה את היישוב? בנאום שנשא מנחם בגין ברדיו שלושה ימים אחר כך, הוא אמר את הדברים הבאים:

"שוב נשפך דמנו והרווה את הרי הגליל, אך לא דם טבחים הוא, כי אם דם לוחמים וגיבורים, המוליד גיבורים חדשים, המצמיח גבורה מחודשת, המביאה חרות למולדת וחיי כבוד לעם."

בעינינו, לפחות, הייתה זו חזרה מזהירה לימים בהם עם ישראל יכול היה להגן על עצמו, גם אם במחיר קורבנות בנפש.

מאז שהוקמה מדינת ישראל ועד היום, אנחנו מתמודדים עם סוגיות שונות ומורכבות של פדיון שבויים - החל בחיילים שנשבו תוך כדי קרבות וכלה באזרחים שנלקחו לאורך השנים כבני ערובה על ידי ארגוני טרור רצחניים.

מי יתן וכל מי שעדיין לא חזר משם יזכה אותנו במהרה בקיום מצוות פדיון שבויים, ושישובו הביתה, כולם, בשלום.

אבל המציאות לא הייתה פשוטה כל כך. המאמצים היהודיים לשחרר את שבוייהם בכל מחיר היו פרצה קוראת לגנב, והיה ברור לחכמים כי הדבר עלול לעודד שבי של בני ישראל דווקא. לכן, תוקנה על ידי חז"ל התקנה הבאה:

"אין פִּדְיוֹן אֶת הַשְּׁבוּיִין יוֹתֵר עַל כְּדֵי דְמִיקָן, מִפְּנֵי תַקְנֵן הָעוֹלָם." התקנה הזו, שאומרת שאין לשלם עבור פדיון השבויים יותר משווים בשוק, דרשה מהעם לבחור בראש במקום בלב - להעדיף את האסטרטגיה השכלית, זו המביאה בחשבון את טובתו של כלל העם לטווח הרחוק, על פני הלב הנצבט למראה עיניה של אם שבוייה, או דמעותיו של ילדה.

אלא שלא תמיד קיימו את התקנה הזו ככתבה וכלשונה. הגמרא כבר מספרת על רבי יהושע בן חנניה שפדה מידי הרומאים תינוק (האם התינוק נשבה לבדו או יחד עם משפחתו שנשארה בשבי? הגמרא לא מספרת לנו על זה). כשהשחרור נתקל בקשיים, הוא הכריז "איני זז מאן עד שאפדנו בכל ממון שפוסקין עליו". ואכן, הגמרא מספרת שהוא שילם ממון רב מאד על התינוק, הרבה יותר משוויו. האם היה זה בשל סכנת חיים שביטלה את התקנה הזו או כי הוא ידע שהתינוק הזה יכול לגדול להיות מנהיג? לא ברור, בכל מקרה לפי הסיפור התינוק המשוחרר גדל להיות רבי ישמעאל, שהיה לכהן גדול ולאחד מעשרה הרוגי מלכות.

מי שכן דרש לקיים את התקנה הזו - על עצמו - היה המהר"ם מרוטנבורג. המהר"ם נולד בשם מאיר בן ברוך בשנת 1220 בעיר וורמייזא שבגרמניה. וורמייזא הייתה עיר פסטורלית בעלת היסטוריה יהודית עשירה - יצאו מנה גדולי עולם שתורתם היוותה בסיס איתן ליהדות אשכנז דורות אחר כך, אבל היא גם ידועה בטבח הנורא שנהרס בתושביה היהודים ובחורבן הרובע היהודי כמאה שנה אחרי מותו של המהר"ם. בנערותו נסע ללמוד אצל גדולי התורה בצרפת וכשחזר לגרמניה הפך מהר מאד להיות הסמכות הרבנית הראשית של יהדות אשכנז. בערוב ימיו, התגברו הרדיפות נגד היהודים בגרמניה והוא, שהאמין כי כל יהודי חייב לעשות בפועל כל שביכולתו כדי להגיע לארץ ישראל - יצא למסע הקשה. אלא שהחוק הגרמני באותה תקופה אסר על יהודים לצאת מגבולות גרמניה. הוא נתפס באיטליה והועבר לידי השלטונות הגרמניים.

המהר"ם מרוטנבורג נכלא במבצר בעיר אנזיסהיים, למינת ליבם של תלמידיו ובני משפחתו. הקהילה היהודית רצתה כמובן לפדות אותו - הוא היה מנהיגם הבילתי מעורער - וככל הנראה אף החלו באיסוף הכסף בפועל. אלא שהשליט הגרמני דרש כופר מופקע, והמהר"ם - אולי בתקווה לשחרור מאוחר יותר תמורת סכום הוגן יותר - ציווה עליהם לא לשלם את הכופר. שנים מעטות אחר כך הוא נפטר בבית הכלא, כשהוא משאיר אחריו את פירושו שכתב בתאו שבמבצר, לאחר שסופקו לו (לא בלי מאבק) קולמוס וקלף שיוכל לכתוב עליהם. גם לאחר מותו - השלטונות הגרמניים לא הסכימו לשחרר את גופתו לקבורה יהודית. רק 14 שנים אחר כך הגיע יהודי עשיר בשם אלכסנדר זיסקינד ווימפן ושילם הון תמורת שחרור הגופה. הוא נקבר לצידו של המהר"ם בבית הקברות בוורמייזא עיר הולדתו, שם נשתמרו עד היום המצבות הצמודות על קבריהם שמספרות חלק מהסיפור הזה.

סיפורו של המהר"ם היה רק אחד מיני רבים. באירופה הנוצרית היהודים אולי לא נמכרו לעבדות או לקרבות ראוהו אכזריים מול אריות וגלדיאטורים, אבל הם המשיכו להילקח בשבי ולהיכלא במצודות ובבתי כלא אימתניים, פעמים רבות מאד ללא משפט הוגן או ללא משפט כלל.

פנקסי הקהילות מכל רחבי אירופה עמוסים בהערות-צד על נסיונות



גלריה

# גלריית הבנקאות הפרטית מציגה: אייל אסולין (אופקים)

MOTI  
Fiberglass,  
industrial  
paint, fake  
gold chain  
and fake gold  
pendant "live"  
"/ "Chai



אייל אסולין (יליד 1981) חי ופועל בארץ ובעולם. בוגר המחלקה לאמנות ותואר שני בתוכנית ללימודי המשך בבצלאל.

זוכה פרסי "אמן בקהילה" לשנים 2009-2013, פרס "האמן הצעיר" לשנת 2014 ופרס "עידוד היצירה" לשנת 2017. עבודותיו הוצגו בין היתר במוזיאונים וגלריות בארץ וברחבי העולם.



בשפתו החזותית חוקר את תרבות השפע מבעד

להיבטים כלכליים חברתיים גלובליים. עבודותיו מתחקות אחר תרבות המזרח ומקיימות מארג של מסמני סטטוס היסטוריים, מגדריים ואמנותיים, באופן בוטה, המגחך את בולימית הצריכה העכשווית.

אסולין משתף פעולה עם אדריכלים ומעצבי פנים מהשורה הראשונה בהתאמה בייצור עבודות Custom made לחברות גדולות בארץ ובעולם.

ב-7 באוקטובר, באופקים, בשעה 06:30 אזעקות, באותו הרגע אני אשתי ושלושת בנותיי נכנסים אל הממ"ד ולאחר 5 דקות אני יוצא לראות את סימני היירוטים בשמיים, כהרגלי, ובקצה השמיעה אני שומע רעש לא רגיל של ירי ונכנס מיד לבית ובודק את קבוצת הוואטסאפ של השכונה מזהה את פאתי השכונה ובוודאו מחבלי חמאס עם RPG וקלאצ'ים. האינסטינקט הראשוני- total lockdown. נעלנו את הבית הורדנו תריסים - לקחתי איתי סכינים גדולים לממ"ד וננעלנו בו למשך 24 שעות וברקע הירי מבחוץ והתראות הטילים והיירוטים אנו מקבלים ידיעות על מחבלים בשכונה, על נרצחים שאת חלקם הכרתי מהיומיום בעיר- מצאנו את עצמנו במציאות (מסויטת) אחרת מזו שהכרנו עד היום.

נייד: 054-5436896 | אתר אמן: [www.eyalassulin.com](http://www.eyalassulin.com)

אתר החברה בארה"ב - שירות בינ"ל לאמנות במרחב הציבורי:

[www.insight-publicartsolution.com](http://www.insight-publicartsolution.com)

המשך בעמוד הבא >>



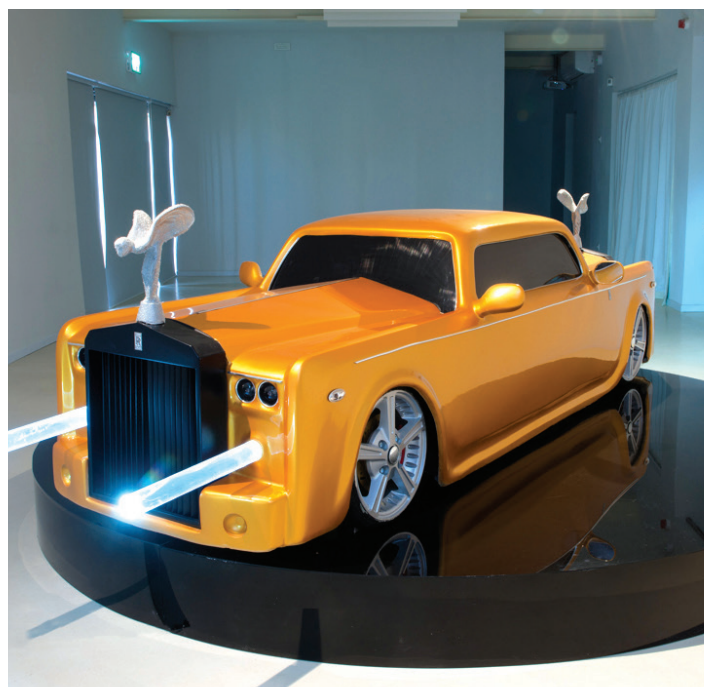
גלריה



Slave number  
Digital print on photo paper



Virus  
Reused card board  
vibration motor, 18 k gold



Ark  
Metal, fiberglass, industrial paint, rims,  
tires acrylic tube



Spouting  
Gold plated bronze



גלריה

# גלריית הבנקאות הפרטית מציגה: הרן כסלו (קיבוץ בארי)

גם יכול להיות צבעוני ועז כעוצמת הפחד - החרדה. הייצוג למציאות הוא המציאות בפני עצמה באופן בו זמני. הבו-זמניות מכילה מאבק בין הרצון לצייר את המקום המסוים ולתאר אותו לבין הקומפוזיציה, הצבעוניות והצורה הציורית הטהורה.

אני חרד ומצייר כבר שנים רבות אבל לפני כחודש ב-7 לחודש גיליתי שהחרדה היא רק נקודת התחלה למציאות. שהמציאות היא קשה עוד יותר. המחבלים עוברים מבית לבית. הם 50 מטר ממני, הם 20 מטר ממני.... אני שומע אותם בדשא... הם משליחים רימון לבית השכן ואני רץ ומחזיק את הידית של הדלת.

הילדים בוכים וצריך להיות בשקט... בשקט!!!!!! והחרדה עולה ואני מפסיק לראות ולשמע. והדלת... צריך להחזיק את הדלת. הציורים שיוצגו במשכן לאמנות עין חרוד, בתערוכה "חרדת קיבוץ" יהיו ציורים שיבטאו חרדות חדשות - לקהילה, לקיבוץ ולקיום.

הטילים שיוורים עלינו, זה נוף הקיבוץ השרוף, החטופים שהם משפחה וחברים, זה המסיבה ברעים שהפכה לשדה קרב. אבל ייכנסו גם קצת אופטימיות - מחווה לשלום שאני כל כך מייחל לו כבר שנים. החזרה לקיבוץ שאני אוהב, לשדות הפתוחים, לירוק שעטף אותי בכל יום עד ה-7 באוקטובר. לשקט.

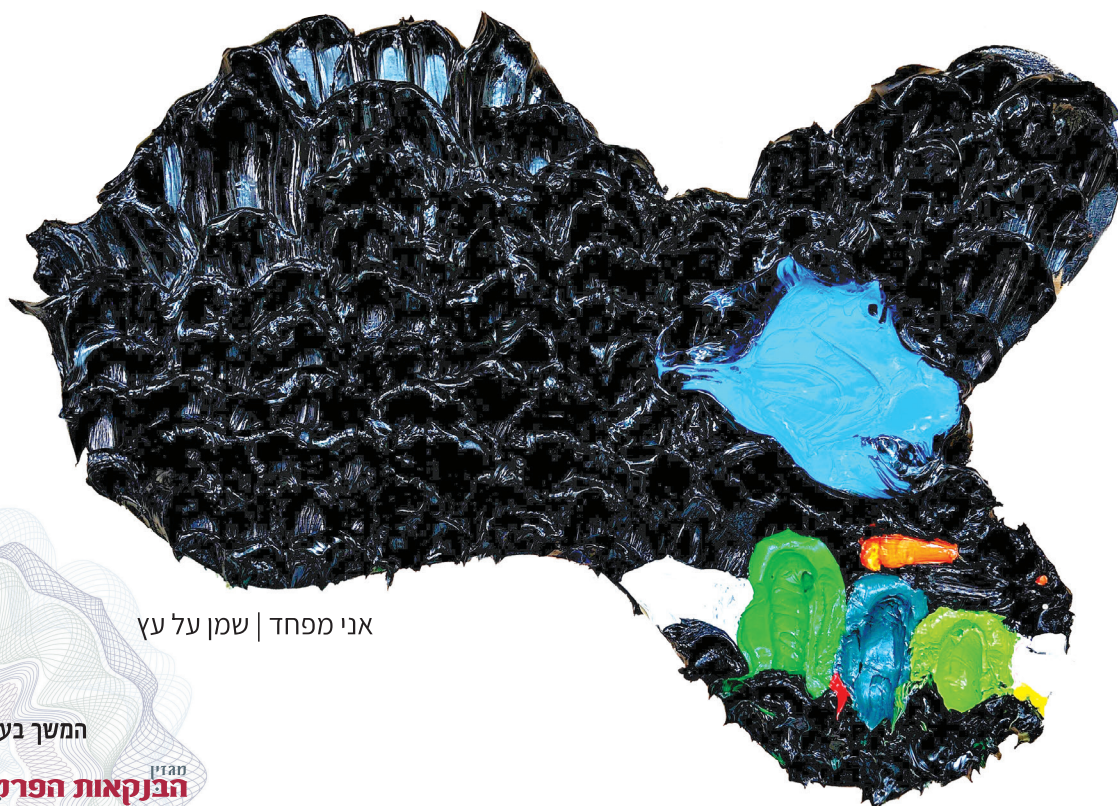
מזה עשור שאני עוסק בהתבוננות חיצונית ופנימית בנוף הגבול המבעבע של קיבוץ בארי בו אני מתגורר לבין רצועת עזה בדגש על מחנה הפליטים "אל בורייג". הנוף הוא רק נקודת מוצא לדיאלוג פנימי עם החרדות שלי- מה יקרה אם? ניסיון רפטיבי למצוא מזור לפחד, לתת לו פנים, מקום, פורקן ואז למסגר אותו ולחזור שלם יותר וחוזר חלילה.



צילום איציק נבון, סטודיו פקטורי 54

תהליך הציור שלי מתחיל מההתבוננות פיזית בנוף ולפעמים מתחיל מתצלומים שאותם אני מקפל וגוזר. לפעמים אני עובד רק מתקסטים שאותם אני כותב על הנוף והם לעיתים משמשים אותי גם כמתווים לציור וגם כשמות לעבודות עצמן.

הציור שלי לפעמים גובל בפיסול והוא בשבילי בעיקר אובייקט. האובייקט הוא מבחינתי הנוף עצמו ולא ניסיון חיקוי או שעתוק כי הוא בעצם הנוף המדויק שלי ולכן הוא מופשט ולכן הוא



אני מפחד | שמן על עץ

המשך בעמוד הבא >>



יער בארי | שמן על עץ



הצילו | שמן על בד



אומץ | שמן על בד



יש את הנוף הזה הזה ויש את הפחד | שמן על עץ

# WHO SAYS WEALTH MANAGEMENT IS JUST ABOUT MONEY?

How we invest today  
is how we live tomorrow.

[juliusbauer.com](http://juliusbauer.com)



Julius Baer Financial Services (Israel) Ltd. 46 Rothschild Blvd., Tel Aviv, T +972 (0)3603 9111  
Julius Baer Financial Services (Israel) Ltd. (JBFS) is licensed by the Israel Securities Authority to provide its clients with investment marketing and portfolio management services in Israel and overseas. JBFS also acts, under a permit issued by the Bank of Israel, as the representative office in Israel of Bank Julius Baer & Co. Ltd. (Bank). The Bank, and JBFS's activities as a representative office, are supervised by the Swiss regulator and are not subject to the supervision of the Supervisor of Banks at Bank of Israel.

**Julius Bär**  
YOUR WEALTH MANAGER



# טעון תרגול – המכונית החשמלית הראשונה שלכם

לפני שאתם מתחדשים עם אחת:

## בחירת הרכב הנכון

1. הסוללות ברכב החשמלי דומיננטיות מאד במשקלן ובגודלן. אם אתם עתידים לרכוש רכב חשמלי שתוכנן ויוצר מראש כדגם חשמלי, ולא מבוסס על פלטפורמת דגם הלוגם בנזין או סולר, סביר להניח שמהנדסי החברה תכננו סוללה דקה ורחבה, המוצמדת לתחתית המרכב, ולכן הרכב יהיה מרווח בהרבה ונוח לצרכים משפחתיים.

ברוב המקרים גודלו ונפחו של תא המטען כמעט שאינם נפגעים, בשל מיקום סוללות חכם ושטוח.

כמו כן, תעלת הינע גבוהה המוכרת (ומפריעה) בעיקר למי שיושב במרכז המושב האחורי, ברוב המקרים איננה.

2. אם אתם רגילים להתקין וו גרירה על הפגוש האחורי, כדי לגרור עגלה, קרוואן או מתקן לנשיאת אופניים, חשוב שתבדקו מראש אם זה אכן מתאפשר בדגם הרצוי. לעיתים הסוללה מותקנת קרוב מאד לפגוש, והדבר שולל את האפשרות להתקין וו.

## 3. תפעול זרן מסכים.

כלי רכב חדשים רבים, ובעיקר החשמליים, נוטים לרכז את כלל תפעול מערכות הרכב במסך מרכזי עצום.

הדבר מרשים ונראה עתידני, לצד שמירה על מינימליזם עיצובי בתא

תעשיית כלי הרכב החשמליים, להם יתרונות רבים, זוהרת קדימה יחד עם זאת, יש מספר נושאים שיש להכיר ולבחון עוד לפני הרכישה. חלקם קשורים לבחירת הרכב הנכון והמתאים, אחרים לתכנון מסלולי הנסיעה והיערכות והאחרון - לנהיגה עצמה.

הנה מדריך קצר שחשוב שתקראו, לפני שאתם רוכשים את הרכב החשמלי הראשון שלכם.

ענף הרכב עובר מהפכות רבות; רכישות הופכות להיות דיגיטליות ומערכות הבטיחות האקטיביות נועדו להחליף את הנהג- גם אם באופן חלקי בלבד, בשלב זה.

בעתיד צפויה אוטומציה מלאה של מכוניות, שתנועתן תתבצע באמצעות שליטה ובקרה שתנוהלנה על ידי אלגוריתמים.

יחד עם זאת, המהפכה המוחשית ביותר בענף התרחשה בעקבות המעבר ממנועי בעירה פנימית למנועים חשמליים;

אם רק לפני כשלוש שנים, שיעור כלי הרכב החשמליים החדשים שנמכרו בישראל מכלל הרכבים הסתכם בפחות מאחוז בודד, הרי שכיום מדובר על כ-17 אחוזים מכלל המכוניות החדשות שעולות על כבישי ישראל.

הצפי הוא שעד לשנת 2030, שיעור המכוניות החשמליות החדשות שתמיכרנה, יעמוד על לא פחות מ-90 אחוזים.

כל עוד החשמל זול משמעותית מדלק או סולר, ועלויות התחזוקה נמוכות משמעותית, בעיקר בשל העדר מערכות כמו משאבות ושמינים מסוימים, הרכבים החשמליים מככבים.

בשל כך, רבים מהנהגים רכשו, או שעתידים לרכוש בזמן הקרוב, את רכבם החשמלי הראשון.

בין אם מדובר ברכב יוקרתי עם מנוע עוצמתי, כזה שמפיק 500 סוסים ויותר, או שמדובר ברכב עממי שהספק מנועו עומד על כ-200 כוחות סוס או אף פחות מכך, נהגי כלי הרכב החשמליים יצטרכו לסגל לעצמם דפוסי נהיגה חדשים, לבצע תכנון של הנסיעות ולהקנות לעצמם הרגלים חדשים.

להלן רשימה של 10 נושאי "הכן עצמך למכונית חשמלית", שחשוב שתכירו



הנהג. יחד עם זאת, הדבר לא תמיד נוח לתפעול מהיר בעת נהיגה, ומבט ממושך אל עבר המסך עלול להיות מסוכן. חשוב שתשימו לב עוד באולם התצוגה, ולאחר מכן בנסיעת המבחן, שהתפעול והשליטה בכלל המערכות החשובות והשכיחות ברורים לכם, ושהדבר לא מסכן אתכם בעת נהיגה.

#### **4. עוצמת המנוע, האבזור והטווח.**

במקרים רבים, מכוניות חשמליות מציעות, לצד מספר רמות גימור ואבזור, גם כמה מנועים עם עוצמות והספקים שונים, לצד סוללות בקיבולות שונות המתאימות לטווחי נסיעה שונים.

כאן אתם צריכים לחשוב מה באמת חשוב לכם;

##### **א. אבזור**

החלטה לגבי רמת אבזור כזו או אחרת היא אינדיווידואלית. אתם תחליטו עד כמה אתם משתמשים בגג נפתח, אם ריפודי העור הם הכרח, או עד כמה חיוני חימום המושבים.

##### **ב. מנוע / מנועים**

לגבי הבחירה במנוע או במנועים בהם מצויד הרכב (הגרסה החזקה מגיעה לרוב עם הנעה כפולה, מנוע נפרד ה"מטפיל" בכל אחד מהצירים), צריך לדעת שאמנם כיף להאיץ עם רכב חשמלי חזק במיוחד, מעמידה או בעת עקיפה, רק שהדבר דורש מיומנויות נהיגה סביר להניח שתתרגלו לנוע ברכב שכזה בקצב מהיר יותר ממה שמאפשר החוק, וגם החשמל בסוללה אוזל בקצב דרמטי, כשמרבים ללחוץ לחיצות הגונות על הדוושה הימנית.

לעיתים דווקא הגרסה המתונה תתאים לכם יותר עם כוח שהוא בהחלט מספק, היא תאפשר טווח נסועה גדול יותר, היא תיתן תמורה גבוהה יותר לשקל, וגם תשמור על רישיון הנהיגה שלכם בתוקף.

##### **ג. סוללות**

במקרים רבים דגם חשמלי מוצע עם מספר סוללות שונות, להן טווחי נסועה שונים. גם אם אופי הנסועה שלכם הוא עירוני בעיקרו, וגם אם אתם ממעיטים בנסיעה באופן כללי, תמיד כדאי להצטייד בסוללה המאפשרת טווח מוגדל, כפי שיובהר להלן, כל עוד הפרשים במחיר אינם דרמטיים.

#### **תכנון נסיעה ומסלולים**

#### **5. היערכות ותכנון**

כל עוד ציר הנסיעה שלכם ידוע מראש, מהבית- לעבודה וחזרה למשל, לא צפויות שום הפתעות. טיול עם המשפחה בסוף השבוע כבר דורש היערכות מיוחדת ותכנון מראש; היכן להטעין, מתי להטעין ומה תעשו בעת ההטענה.

במקרים צפויים פחות, קחו בחשבון שתחנת הטעינה בה חשבתם לטעון את הסוללה תפוסה, אינה בשימוש או שאינה מצליחה להסתכנר עם הרכב שלכם.

מצבים אלו עלולים להקים לא רק תופעה המכונה "חרדת טווח", כי אם גם "חרדת טעינה" - האם אכן אוכל להטעין את הרכב בתחנה הקרובה. בשל כך, נדרש תכנון קפדני של ציר הנסיעה, תוך שאתם דואגים לעבור דרך תחנות טעינה, וגם לשמור רזרבות של קילומטרים ליתר ביטחון. נסיעה ברכב חשמלי היא במקרים רבים מדודה, ומבטלת את היכולת להאריך ספונטנית את המסלול שלכם, או את האפשרות לעקוף פקקים בדרכים חלופיות למשל.

#### **6. בדיקת מצב טעינה**

גם אם חיברתם את הרכב למטען, וכדי להעביר את הזמן של הטעינה, הלכתם למסעדה סמוכה, כדאי לבדוק מדי פעם את מצב הטעינה, פיזית בעמדה או דרך אפליקציה ייעודית.

במקרים רבים הטעינה מפסיקה מסיבה כזו או אחרת, וזמן ההמתנה מתבזבז לחינם.

הערה זו נכונה גם לטעינה ביתית, טעינת לילה. גם כאן לעיתים יש הפסקות בטעינה, ולא תרצו לקום בבוקר ורגע לפני שאתם יוצאים לעבודה, למצוא לפתע שהסוללה לא נטענה כליל, ועומדת על 5 אחוזי טעינה.

#### **אופי נהיגה שונה ממה שהכרתם**

**7.** מנוע חשמלי פועל באופן שונה ממה שהכרתם. המומנט והכוח הזמין מגיעים מייד, וצריך להתרגל לתגובות הנוחות של דוושת התאוצה. ברוב המקרים תאוצת הרכב טובה בהרבה ממה שהכרתם, באופן שצריך להתרגל אליה מבלי שתסכנו את עצמכם ואת הסביבה.

**8.** כמו שהרכב מאיץ באופן שונה, גם הבלימה משתנה. משקל רב יותר של הסוללות נשען על מתלי הרכב ועל גלגליו, לכן התגובות שונות, במיוחד בנהיגה דינאמית, כמו גם פעולת הבולמים והשיכון. מרכז הכובד עצמו נמוך לרוב, ודווקא משפר את אחיזת הכביש, במיוחד בגרסאות כפולות ההנעה.

**9.** נסיעה ברכב חשמלי שקטה במיוחד, לאור העובדה שהמנוע הרישי. כאן בולטים יותר רעשי כביש, רוח ומהסביבה, וגם מערכת שמע טובה במיוחד, תהיה מוערכת יותר מאשר ברכב רגיל.

חשוב לבדוק כבר בנסיעת המבחן ולפני הקנייה, שהשקט נשמר בתא הנוסעים גם במהירויות שיוט בכביש המהיר.

**10.** בלימה בדוושה אחת. מכוניות חשמליות מצוידות במערכת בלימה רגנרטיבית, המסייעת בבלימת הרכב ואגירת אנרגיה וטעינת הסוללה אגב כך. התאוצה מתרחשת בעת עזיבת דוושת התאוצה, ומתפקדת כתחליף או כסיוע לשימוש בדוושת הבלם.

חלק מהדגמים מאפשרים רמות שונות של בלימה, וחלקן מגיעות עד לעצירה מוחלטת, לקראת רמזור למשל. קל ונוח להתרגל לתפקוד של מערכת שכזו, שגם מפחיתה מהבלאי של מערכת הבלימה ברכב.

#### **טיפים כללים**

אחרי שתתרגלו את הנסיעה ברכב החשמלי החדש שלכם, קחו בחשבון שרכבים מסוימים מופעלים כבר עם דריכה על דוושת הבלם, והרכב במצב פועל. כמו כן, בשל מיקום הסוללות בסמוך למרכז התחתון, שימו לב שלא לאתגר את הרכב עם טיפוס על מדרכות, או עם מעבר מעל לסלעים. תיקון והחלפת סוללות עלול להיות עניין לא פשוט ויקר עד מאד.

#### **סיכום**

התחבורה החשמלית דוהרת קדימה, כשבשנים האחרונות אנו מוצאים עשרות רבות של מותגים חדשים וותיקים, שמסתערים עלינו עם דגמים חשמליים.

יש הרבה מאד יתרונות לכלי רכב חשמליים, רק שלצידם צריך להכיר גם במגבלות מסוימות הקשורות בתפעול, בתשתיות ובניהוג, ובעיקר בשינוי חלקי של הרגלי הנהיגה.



מדור רפואה ומדע

פרופ' אלון חן, דר' חואן פבלו לופז ודר' ארון קוס, מכון ויצמן למדע

מכון ויצמן למדע  
WEIZMANN INSTITUTE OF SCIENCE



# דיוקנה של הטראומה במוח צעיר: המנגנון העצבי שמתבש כתוצאה מחשיפה לאירוע קשה בגיל רך

המדעני מכון ויצמן למדע חושפים בפירוט חסר תקדים כיצד טראומה בעכברים בני יומם מעצבת את מוחם ופוגעת בתפקודים החברתיים שלהם בבגרות – ומדגישים את חשיבות ההתערבות המוקדמת ליכולת השיקום

המיפוי ההתנהגותי המקיף העלה כי עכברים שנחשפו לאחר הלידה לאירוע טראומטי - הזנחה מצד אימותיהם - הפגינו שלל התנהגויות שהעידו על מיקומם בתחתית המדרג החברתי. "ביטוי התנהגותי מקביל בבני-אדם עשוי ללוש צורה של רמת מופנמות גבוהה, חרדה חברתית ואישיות נמנעת - התנהגויות הידועות כמאפיינות פוסט-טראומה", אומר ד"ר חואן פבלו לופז, לשעבר חוקר בתר-דוקטוריאלי במעבדת מחקר משותפת למכון ויצמן למדע ולמכון מקס פלאנק לפסיכיאטריה במינכן, וכיום ראש קבוצת מחקר במחלקה לניורוביולוגיה במכון קרולנסקה בשוודיה.

**"ביטוי התנהגותי מקביל בבני-אדם עשוי ללוש צורה של רמת מופנמות גבוהה, חרדה חברתית ואישיות נמנעת - התנהגויות הידועות כמאפיינות פוסט-טראומה"**

בשלב הבא של המחקר, חשפו החוקרים חלק מהעכברים שהיו נתונים לאירועים טראומטיים בינקותם, לאירוע חברתי מלחיץ בבגרותם - בריונות מצד עכברים אחרים. כך נוצרו ארבע קבוצות של עכברים בוגרים: עכברים שלא נחשפו לטראומה כלל; עכברים שלא נחשפו לטראומה בגיל צעיר, אך היו נתונים לבריונות בבגרותם; עכברים שנחשפו לטראומה בגיל צעיר בלבד, ועכברים שגם נחשפו לטראומה בגיל צעיר וגם היו נתונים לבריונות בבגרותם. כדי לחשוף מה מתבש במוח כתוצאה מחשיפה לטראומה מוקדמת ומה קורה כתוצאה מכך בבגרות, יצרו החוקרים השוואות מדוקדקות בין ארבע הקבוצות באמצעות ריצוף מולקולות אר-אן-אי ברמת התא הבודד באזור המוחי הידוע בחשיבותו לתפקוד חברתי - ההיפוקמפוס. ההשוואה העלתה כי הטראומה המוקדמת הותירה את חותמה על סוגי תאים שונים והשפיעה בעיקר על רמות ביטוי הגנים בשתי תתי-אוכלוסיות של תאי עצב: תאים המשתייכים למערכת הגלוטמט הממריצה ולמערכת הגאבא המעכבת; חותם זה היה חזק במיוחד בעכברים שנחשפו לטראומה חוזרת בבגרותם.

תאי עצב בהיפוקמפוס של עכברים בוגרים שנחשפו לטראומה בגיל צעיר (בעמוד הבא בתמונה למטה) הגיבו באופן שונה לבריונות מאשר תאים אלה בעכברים שלא נחשפו לטראומה בגיל צעיר (למעלה). אחד מההבדלים הבולטים ביותר (בירוק) נרשם בתאי העצב הממריצים של מערכת הגלוטמט (באדום) תאי העצב במוח מתקשרים זה עם זה באמצעות אותות חשמליים - אותות אלה יכולים להיות ממריצים (אקסטיטוריים) או מעכבים (אינהיבטוריים). אות ממריץ מעודד תקשורת בין תאי עצב, בעוד אות מעכב מדכא תקשורת מסוג זה. בדומה לדושת הגז ולבלמים ברכב, תפקוד תקין של המוח תלוי באיזון הנכון בין מסרים ממריצים ומעכבים, וחוסר איזון במסרים אלה מאפיין הפרעות פסיכיאטריות רבות. אחת

המדעני מכון ויצמן למדע חושפים בפירוט חסר תקדים כיצד טראומה בעכברים בני יומם מעצבת את מוחם ופוגעת בתפקודים החברתיים שלהם בבגרות - ומדגישים את חשיבות ההתערבות המוקדמת ליכולת השיקום. תמונות הילדים המשתחררים משבי חמאס מפחות תקווה, אבל עבור רובם היציאה לחופשי היא רק נקודת התחלה בתהליך שיקום ארוך. מחקרים רבים מראים כי חשיפה בגיל צעיר למלחמה, התעללות ואירועים טראומטיים אחרים, עלולה להוביל בסבירות גבוהה לבריאות לקויה, לקשיים חברתיים ולהפרעות נפשיות בבגרות. מחקר חדש של מדעני מכון ויצמן למדע מספק כמה סיבות לאופטימיות. במחקר בעכברים שהתפרסם בסוף השבוע בכתב-העת המדעי Science Advances חשף צוות חוקרים בראשותו של פרופ' אלון חן אילו מנגנונים מוחיים משתבשים כתוצאה מחשיפה לטראומה בגיל ינקות, והראה כי ייתכן ששינויים אלה הינם הפיכים וניתנים לטיפול מוקדם.

למוח שלנו יש תכונה מופלאה, "פלסטיות" שמה - והיא מייצגת את יכולתו להשתנות וללמוד לאורך כל ימי חייו. עם זאת, מטבע הדברים, בשנות החיים הראשונות, כאשר המוח מצוי עדיין בתהליכי התפתחות - הפלסטיות נמצאת בשיאה. זה נכון ליכולת רכישת השפה שלנו, אבל גם לרנישות-יתר לאירועים טראומטיים שעלולים להשאיר חותם שרק יתעצם בבגרות. למרות העדויות המחקריות הרבות לכך, מעט מאוד ידוע על על האופן שבו חשיפה לטראומה בגיל צעיר משפיעה על סוגי תאים שונים במוח ועל התקשורת בין תאי העצב בבגרות.

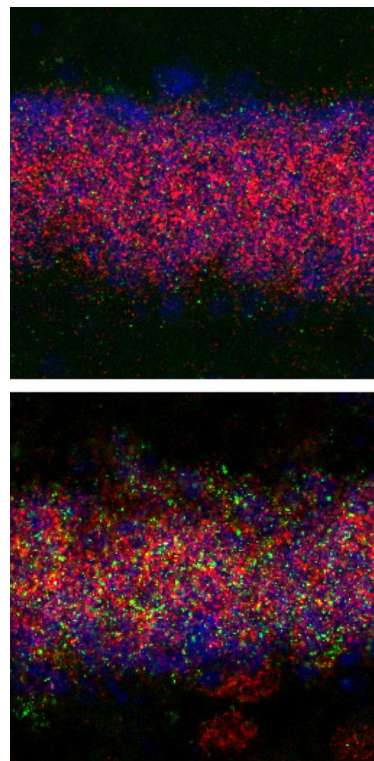
מעבדתו של פרופ' חן במחלקה למדעי המוח במכון מתמחה בחקר המנגנונים המוחיים וההתנהגותיים של תגובת הלחץ (stress). במחקרים קודמים בחנו במעבדה כיצד חשיפה ללחץ בזמן הריון השפיעה על עוברי עכברים בבגרותם. במחקר הנוכחי התמקדו החוקרים בהשפעת אירועים טראומטיים זמן קצר לאחר הלידה. כדי להציע קפיצת מדרגה בהבנת ההשפעה של טראומה על המוח המתפתח וההשלכות של השפעה זו בבגרות, שילבו החוקרים בהובלתו של ד"ר ארון קוס, שלוש מהחזקות של המחקר במעבדה: היכולת לחשוף תהליכים מולקולריים במוח ברזולוציה הגבוהה ביותר האפשרית כיום, וזאת באמצעות ריצוף החומר הגנטי ברקמות ברמת התא הבודד; היכולת לעקוב באמצעות מצלמות אחר עשרות משתנים התנהגותיים בסביבה חברתית עתירת גירויים המדמה באופן קרוב ככל האפשר תנאי מחיה טבעיים, והיכולת לעבד את כמות הנתונים האדירה שמתקבלת מסביבה זו באמצעות כלים של למידת מכונה ובינה מלאכותית.

ההתנהגותית השלילית באמצעות התערבות תרופתית בסמוך לחשיפה לאירועים הטראומטיים. עם זאת, בוודאי שאין לראות בכך המלצה לטיפול תרופתי בנפגעי טראומה צעירים", מבהיר ד"ר קוס. "מצד שני, הממצאים כן מדגישים את החשיבות של התערבות טיפולית מוקדמת ליכולת השיקום".

לחץ כבד ומתמשך משפיע על הגוף בכל גיל ועלול לתרום להתפרצות מחלות - מהפרעות פסיכיאטריות ועד השמנת יתר וסוכרת. אבל בשנות החיים הראשונות, ועוד לפני כן ברחם, לאירועים אלה יש השפעה דרמטית. "המלחמות בישראל, באוקראינה, בסודאן ובמדינות נוספות, משבר הפליטים העולמי חסר התקדים הנובע בין היתר ממשבר האקלים, לצד ההבנה הגוברת של הנזקים ארוכי הטווח של חשיפה למלחמה ואלימות בגיל צעיר, מחדדים את הצורך ביכולות שיקום טובות יותר", אומר פרופ' אלון חן. "הממצאים החדשים שלנו מסמנים מנגנון מוחי מרכזי שהינו בעל רגישות מיוחדת לטראומות ילדות, אבל החלק המרגש ביותר בעבודה הוא האפשרות המסתמנת לרתום את יכולת השינוי של המוח הצעיר לצורך שיקום מהטראומה ומהמחירים שהיא עלולה לגבות בבגרות".

הדרכים למדוד את הפעילות החשמלית ואת המאזן האקסיטטורי-אינהיבטורי במוח היא באמצעות מדידה אלקטרופיזיולוגית. לשם כך נעזרו החוקרים בד"ר זוליאן דינה, לשעבר מדען סגל במכון ויצמן וכיום אלקטרופיזיולוג בתעשיית התרופות. המדידות האלקטרופיזיולוגיות בהיפוקמפוס תמכו בממצאים המולקולריים: חשיפה לאירועים טראומטיים בילדות המוקדמת שיבשה בבגרות את האיזון בין מסרים ממריצים ומעכבים.

כשבידיהם מנגנון מוחי המשתבש בבגרות כתוצאה מטראומה מוקדמת וקשור למאזן ההמרכה-עיכוב במוח, ניסו החוקרים לבדוק אם ניתן לתקן את מה שנשבר. בחלון טיפולי קצר בסמוך לטראומה המוקדמת נתנו החוקרים לעכברים תרופת הרגעה מוכרת - דיאזפאם או בשמה המסחרי "זאליום" - הידועה כמשפיעה על מערכת הגאבא המעכבת במוח. הטיפול קצר המועד הוביל לתוצאות לא פחות ממדהימות: העכברים שטופלו הצליחו להיחלץ בעקבות הטיפול באופן מלא או קרוב לכך מהעיתיד ההתנהגותי שהיה צפוי להם וממיקומם בתחתית הסולם החברתי. "הבנת המנגנונים המולקולריים והתפקודיים, אפשרה לנו לנטרל את השפעה



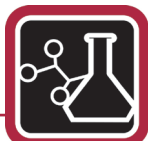
## מאלבג בארי - גבינות בקיבוץ בארי

גבינות בארי נמצא בקיבוץ בארי ובעל ותק של 30 שנים בייצור גבינות מחלב בקר באופן טבעי, תוך דגש על שיתוף פעולה עם חקלאים ויצרנים מהאזור שמספרים את הסיפור המקומי. גבינות זה עולם ומלואו. כאן המקום האידיאלי בו אפשר לשתף פעולה עם הטבע. חומר הגלם, החלב, שהוא תוצר של הסביבה בה אנו חיים ומושפע מהאדמה, מהמזון שבעל החיים אוכל, ומזג האוויר המקומי. לתוך זה אנו יוצקים את הטעמים שלנו שאנו בוחרים על ידי שליטה בסוג הבקטריות, תהליך הגיבון ואופן יישון הגבינות. אנו מאמינים בתהליכים איטיים שמאפשרים גם ליהנות מהדרך וגם להשפיע על התוצאה הסופית, הרמוניה מושלמת מבחינתנו.

בשבת השחורה של 7.10.23 נוצר שבר עמוק בזהות שלנו. מנהל המחלבה דרור אור נחטף לעזה ואשתו נרצחה בביתם, כששנים מילדיהם נחטפו לעזה גם הם ושחררו לאחר תקופה ארוכה.

החשיבות של דרור בעיצוב דרכה של המחלבה ואופיין של הגבינות הוא עצום. אופי הפעילות שלנו לאורך השנים מבוסס בעצם על הכרת האזור, הכרת התושבים והחקלאים ושיתופי פעולה שמביאים לידי ביטוי אותנו כאנשי המקום. המשך דרכנו כרגע לא ברור. אנחנו מחכים לדרור שישוב הביתה





מדור רפואה ומדע



ד"ר דנה פאר, גרונטולוגית (מומחית לדמנציה ולמדעי הזיקנה)



# ההשפעה של אור ותאורה בדמנציה/ אלצהיימר

שהיה נהוג במטבחי ישראל במשך שנים. אור המנורה משתקף בזכוכית באופן שמסנוור מאד (את כל מי שיושב ליד השולחן). על אף הכוונה הטובה, ביקשתי מהמשפחה לכסות את השולחן במפה חלקה בצבע פסטל נעים לעין, ולהחליף את המנורה בתקרה למנורת לד עם צבע צהוב "רך" יותר. לאחר שינויים אלו מספר הפעמים שהאישה הסכימה להיכנס למטבח גדל באופן ניכר (אבל היא בכל זאת העדיפה לאכול בסלון).

לתאורה יש השפעה ישירה על איך אנו מרגישים בסביבה מסוימת. תאורה משפיעה על אכילה, שינה, על החלמה ממחלה, כמו גם על מצב הרוח שלנו, ואף יכולה לעורר בנו רגשות של שמחה או עצב. היא משפיעה על תפקוד, והתאמתה לשינויים תלויי גיל או השפעות של דמנציה/ אלצהיימר על המוח חשובה לשמירה על יכולות תפקוד.

## תחילה, סיפור מהקליניקה:

לפני כשנתיים נפגשתי עם משפחה שהעלתה קושי שהאישה עם אלצהיימר ממעטת לאכול. לאחר חקירה ומעקב הבנו שהאישה אוכלת ארוחות בוקר וערב, אך מסרבת לאכול ארוחת צהריים. המשכתי בחקירה על ארוחת הצהריים באופן ספציפי: מתי אוכלים, איפה אוכלים, מי אוכל וכד'. או אז התברר ש - ארוחות בוקר וערב נוהגים לאכול בסלון מול הטלוויזיה, אבל את ארוחת הצהריים אוכלים במטבח, ולשם היא לא מוכנה להיכנס.

עוד התברר שהמשפחה (בעלת כוונות טובות!) הניחה על שולחן האוכל במטבח הרבה תמונות של בני המשפחה, כדי שהאישה תראה אותם והם יעוררו בהם זיכרונות. מעל התמונות הניחו פלטה מזכוכית (כדי לשמר אותן). בתקרה מעל השולחן יש מנורת פלורסנט מהסוג



## איך להתאים תאורה לסביבה של אדם עם דמנציה/ אלצהיימר?

### כללי:

- רמת תאורה דומה בחדרים שונים בבית חשובה, משום נדרש יותר זמן להסתגל למעבר בין רמות תאורה שונות.
- יותר תאורה: שינויים תלויי גיל בעיניים מגבילים את כמות האור הנכנס והנקלט, כך שיש צורך יותר אור כדי לראות כבעבר.
- תאורה לא בוהקת: יש רגישות רבה יותר לבהק ולסינוור המגביל את היכולת לראות פרטים קטנים.
- תאורה שמאפשרת להבחין בצבעים: העדשה של העין מצהיבה עם העלייה בגיל וצריך תאורה רבה יותר כדי להבחין בין צבעים.
- נורות תקינות שאינן "קופצות".
- חלונות המאפשרים כניסה של אור טבעי מן החוץ פנימה, כולל החלפת וילונות/ תריסים אם צריך.
- במדרגות (בפנים או בחוץ): מקור אור יחיד בקצה המדרגות אינו מאיר את כל המדרגות באופן מתאים, אלא יוצר צלליות המגבירות את הסיכון לנפילות. חשוב להתקין מקור אור נוסף במרכז המדרגות.
- רצוי להוסיף תאורה במקומות ייעודיים. לדוגמה, בסמוך לכורסה שאוהבים לשבת בה.



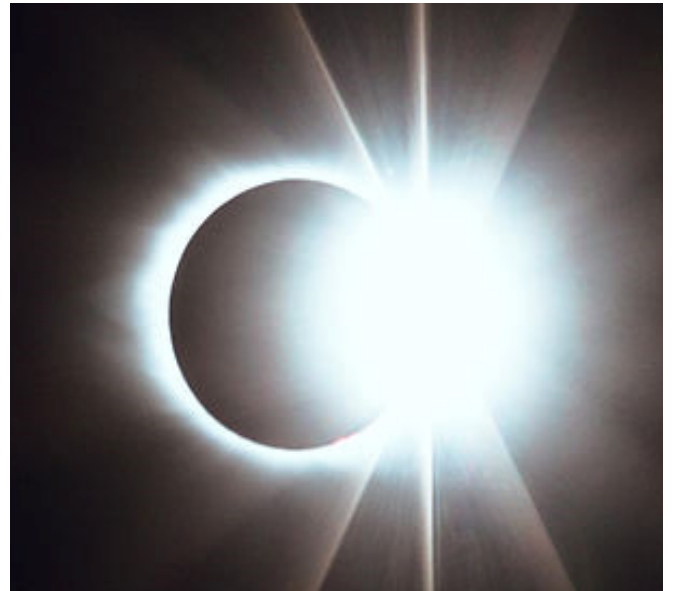
### בחדר הרחצה:

- תאורה מתאימה חשובה במיוחד כאשר אנשים במצב הדורש להסיר משקפיים, כמו בכניסה למקלחת.
- חשוב שהתאורה תהיה מסוגלת לחדור גם מבעד לוויילון או דלתות של מקלחון/ אמבט.
- בחדר זה חשוב שתהיה תאורה גם בלילה. רצוי שתהיה תאורה

אור טבעי מהווה רמז סביבתי לזמן ביממה וחשוב לשפעול של ויטמין d. אולי הכי משמעותי בדמנציה/ אלצהיימר - משפיע מאד על מעגל עירות- שינה. תאורה לא מתאימה מגבירה את הסיכון לנפילה. יש ירידה טבעית ביכולת העין לקלוט אור מהסביבה עם העלייה בגיל.

### כמה אור?

מחקרים הראו שעבור כל עשור נוסף בגיל כרונולוגי צריך להגביר פי 2.5 את כמות האור לטובת ראיית הסביבה. אנשים עם דמנציה/ אלצהיימר זקוקים לרמות תאורה אף גבוהות יותר מהנורמה כדי לפצות על ליקויי ראייה הקשורים בחלקם להזדקנות העין ובחלקם לשינויים במוח. תאורה כללית בחדר רצוי שתהיה בעוצמה של כ-300 יחידות לוקס (היחידות אלו משמשות למדידת עוצמת אור). תאורה ממוקדת לביצוע משימה (לדוגמה, מעל השיש, מעל הכיור בחדר רחצה, פינת קריאה) רצוי בעוצמה של 500 יחידות לוקס. צללים הנוצרים בשל תאורה חלשה עלולים להגביר בלבול של אדם עם דמנציה/ אלצהיימר. לדוגמה, צל כהה על הרצפה עלול להתפרש בחור ברצפה.



### בוהק וסינוור:

כפי שהתברר בסיפור המקרה לעיל לסינוור ולבוהק יכולה להיות השפעה ניכרת על תפקוד של אדם עם דמנציה/ אלצהיימר, אולם הם לא ידעו לשתף אותנו בבעיה זו. סינוור יכול לעורר תגובה של אי נוחות, שבה נראה את האדם מגיב באופן מיידי בניסיון לעצום עיניים או לסובב את הראש ממקור האור. לסינוור יכולה להיות השפעה אחרת: הסינוור מקשה על האדם לראות חפץ מסוים או לבצע משימה מבלי לחוות אי נוחות משמעותית. משטחי זכוכית (לדוגמה, בשולחן בסלון) כדאי לכסות במפת בד בצבע אחיד השונה מהרהיטים מסביב.

## טיפול באמצעות אור לדמנציה/ אלצהיימר:

ידוע שמיעוט בשעות אור יום משפיע לרעה על מצב הרוח ועלול להביא למצב של דיכאון, ותופעה זו מוכרת בעולם כ"הפרעה רגשית עונתית" (Seasonal Affective Disorder).

כלומר, מיעוט האור משפיע באופן ישיר על המוח. הפרעה רגשית זו שכיחה יותר בארצות שבהן בחורף יש מעט שעות אור (בעיקר בקווי רוחב צפוניים), אך יכולה להופיע בכל מקום ואצל כל אדם, גם עם דמנציה/ אלצהיימר ברקע.

הטיפול המקובל להפרעה רגשית עונתית הוא טיפול באמצעות חשיפה מוגברת לאור.

ההשפעה המיטיבה של אור הביא חוקרים גם לנסות לשלב זאת גם כטיפול לשינויים במצב רוח, באי שקט, בבלבול ובהפרעות שינה בדמנציה.

מתחילת שנות ה-2000 נערכו מגוון מחקרים ניסויים בנושא.

## ממצאים מעניינים שעלו בחלק מהמחקרים:

- סך כל הממצאים להשפעה מיטיבה של טיפול באמצעות אור על דמנציה/ אלצהיימר לסוגיה הן במידה חלשה עד בינונית.  
- בשימוש בטיפול באמצעות אור ניתן למצוא השפעה רבה יותר על בלבול כללי מאשר על תסמינים של אי שקט או תוקפנות, אך גם השפעה זו חלקית בלבד.

- במחקרים שהשתתפו אנשים עם דמנציה מסוג אלצהיימר, לטיפול זה נמצאה השפעה משמעותית יותר על נשים. לא ברור מה הרקע לממצא זה (לחוקרים אפילו אין השערות).

- השפעת הטיפול ניכרת יותר באנשים עם דמנציה מסוג אלצהיימר בדרגה קלה עד בינונית והחולים זמן לא רב.

- השפעת הטיפול על שינה: סך כל משך זמן השינה לא גדל, אבל מספר היקיצות בלילה הצטמצם.

ראוי לציין מחקר אורך מ-2020 שממצאיו היו חיוביים יותר משל המחקרים האחרים:

היה זה מחקר התערבות שכלל 47 אנשים עם דמנציה במוסדות, שקבלו טיפול למשך 6 חודשים.

הטיפול נמשך ברצף כל היום, כלומר המשתתף נחשף לרמת אור מוגברת במשך כל היום.

במחקר זה נמצא שההתערבות הביאה לצמצום במדדים אובייקטיביים וסובייקטיביים של הפרעות שינה, כמו גם צמצום בתסמינים של דיכאון ואי שקט.

הממצאים היו משמעותיים בפרט בקרב אנשים בשלב אמצע עד מתקדם של דמנציה.

החוקרים שיערו שהממצאים החיוביים קשורים למשך זמן המחקר, שהיה ארוך משמעותית ממחקרים קודמים, שרובם נמשכו לא יותר מ-10 שבועות (לשם השוואה, מחקר זה נמשך 25 שבועות).

בגוונים חמים (צהוב, אדום, כתום) בעוצמה המאפשרת לראות אך לא רבה מדי.

• מומלץ שהתאורה בלילה תהיה בגובה נמוך כדי לצמצם את הצורך של העיניים להסתגל למעבר בין תאורה רבה בחדר הרחצה לחשיכה בחדר השינה. לדוגמה, לתאורת לילה עם חיישן הממוקמת בגובה מתאים ומשתמשת בסוללות.

• לביצוע משימות טיפוח, כמו גילוח הפנים, רצוי לשלב תאורה ממוקדת, ולא להסתפק רק במנורה המרכזית בתקרה של חדר הרחצה.

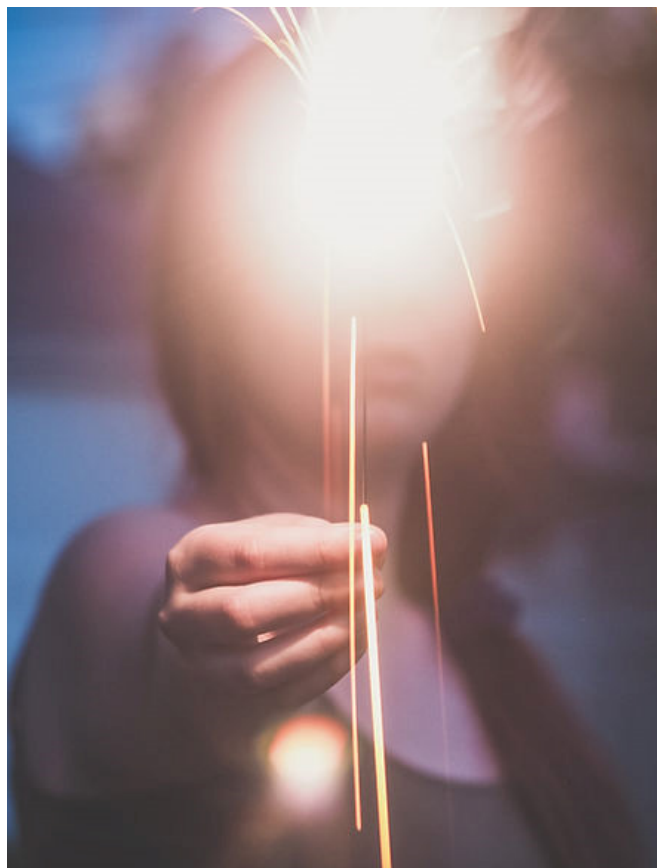
• אסלה בצבע כהה בכדי להגביר את הנראות על רקע שאר המתקנים בחדר, בפרט בחדרי רחצה שבהם הקרמיקה היא בגוונים של לבן.

## במטבח:

• להניח משטחים בצבעים מנוגדים למשטחים הקיימים כדי להקל במיקוד בביצוע משימה. לדוגמה, משטח חיתוך בצבע לבן על שיש כהה.

• רצוי שיהיה צבע בהיר בחלק הפנימי בארונות המטבח, כדי להוות רקע ברור לפריטים שבתוך הארון.

• תאורה ממוקדת יכולה לסייע בביצוע משימות, ואף לכוון לכך. לדוגמה, אדם עם דמנציה/ אלצהיימר שמכין לעצמו קפה/ תה - ניתן להאיר את "פינת הקפה" כך שהתאורה תהווה רמז סביבתי לביצוע המשימה.



אם משתמשים בקופסת תאורה לצורך טיפול באמצעות אור אלו ההמלצות לשימוש:  
 - חשיפה בשעה הראשונה לאחר יקיצה בבוקר,  
 - למשך 20-30 דקות (לפחות),  
 - להניח את הקופסה במרחק 40-60 ס"מ מהפנים,  
 - בעיניים פקוחות אך ללא מבט ישיר לתוך המנורה.

לפיכך, צריך לבחור קופסת תאורה המתאימה לצרכים של האדם, בפרט בהתייחס להיכן תמוקם הקופסה באופן שיהיה נוח לשבת ולהיחשף לפחות כחצי שעה ביום. לטיפול באור אין תופעות לוואי. אפשר לנסות, ונראה שצריך לעשות זמן ממושך לפני שניתן לקבוע מידת אפקטיביות, גם ברמה הפרטנית.

ותזכרו, זה שאין תרופה לדמנציה לא אומר שאין מה לעשות  
 תדברו איתי, ונחשוב יחד איך נוכל להיטיב את איכות החיים שלכם  
 ושל יקירכם.



**מהי "קופסת תאורה" המשמשת לניסויים במחקרים?**  
 קופסת תאורה (light box) היא מקור תאורה מלאכותי בעוצמה הדומה לאור יום.  
 לרוב קופסת תאורה מספקת תאורה בעוצמה 10,000 לוקס.

## מוצרים ומארזי מתנה אורגניים לעובדים מהעוטף באהבה



**Arugot**  
 ORGANIC WELLNESS

לפרטים נוספים: 0502003582

[www.habosem.com](http://www.habosem.com)



מדור פסיכולוגיה



פרופ' עמיה ליבליך

מתוך האתר פסיכולוגיה עברית [www.hebpsy.net](http://www.hebpsy.net)

פסיכואג'יה עברית

# תיעוד כאן ועכשיו

הזמן, בעקבות האירועים. הוא נמסר בראייה פרספקטיבית של מה שחוויתי בתוך רצף החיים. נכון, הזיכרון אינו מצלמה, הוא סלקטיבי ומתגבש - יש יגידו מתעוות - עם הזמן. בתחום הזה אנו עוסקים באמת נרטיבית, ולא באמת ההיסטורית. בעיני זה הסיפור שמתר ומעניין לחקור. אני אומרת 'מותר' ברצינות ובאחריות. אני חוששת מנזקים שעושים כל המתעדים-היום. אני יודעת כמה חוסן ואימון דרושים למראיין, למתעד בנושאים קשים. איזו חשיבות יש לנוסח השאלה, לשפת הגוף, ולנוסח סיכום התשובה תוך כדי השיחה. כמה חשוב שלמספר תהיה גישה אל המתעד אחרי המפגש, אולי כדי להתחרט על מה שאמר, לתקן או להוסיף משהו. חברות וחברים, האנשים האלה כבר עברו מספיק ודי!!! [אני נזעקת עד עמקי נשמתי בכל פעם שבטלויזיה או ברדיו - שלא

לדבר על הרשתות החברתיות למיניהן, שאני לא עוקבת אחריהן כמעט - מזכירים את המילה אונס. חברות וחברים, איזה כתם אתם מטילים באנשים ונשים כשיגועו אלינו הביתה בעזרת השם? היה או לא היה, תיזהרו במילים שכאלה.]

בשנת 1978, כשבאתי לבית השיטה והתעמקתי במשך שנה בסיפורי החברות והחברים, רק מעטים ביניהם סיפרו לי על האסון שפקד את הקהילה הזו חמש שנים קודם לכן, כש-11 מחבריה נפלו במלחמת יום כיפור. לא הם ולא אני הבנו אז את עומק הטרגדיה. עוד לא היו מילים, לא היה נרטיב.

היה צילום של שורי מיינרט ז"ל, מזכירת החברה, הולכת בראש כפוף על השבילים, להודיע לעוד משפחה על בן, אב, או בן זוג שנהרג. רק 12 שנים אחר כך, כשיאיר רזנבלום פתח לבבות במגנינה שכתב לפיוט של ימים נוראים "ונתנה תוקף", "מי יחיה ומי ימות, מי בקצו ומי לא בקצו, מי במים ומי באש, מי בחרב ומי בחיה, מי ברעש ומי במגיפה" - התחילו אנשים לדבר אתי בפתיחות על הנושא. השבויים שסיפרו לי על שלוש וחצי שנות השבי בכלא עבסייה במצריים, ועליהם כתבתי את הספר (שנעשה מבוקש ומצוטט פתאום) "חוץ מציפורים", סיפרו לי מה שקרה להם 13 שנה אחרי שהשתחררו. ילדי כפר עציון היו קטנים כשהקיבוץ שלהם נכבש ונעזב, ואבותיהם של רובם נפלו בקרב. במפגשים שקיימנו בשנות האלפיים המוקדמות, למעלה מ-50 שנה אחרי האירוע עצמו, סיפרו לי מה שידוע להם על הקיבוץ שאבד ועל הקרב האחרון של אבותיהם, על תקופת החושך שירדה עליהם אחר כך, ועל השיקום ההדרגתי - מידע שרובו הצטרף לנרטיב בעל משמעות אחרי שנים. אני לא אומרת לכולם - עשו כמוני. אנחנו בעידן התיעוד, ובידינו הכלים הטכנולוגיים המצויינים לכך. אני מבקשת רק מכל המתעדים והאוספים, תעשו מה שאתם עושים באחריות ובריגשות!



כיון שאני מוכרת בתור חוקרת וכותבת של סיפורי חיים, קיבלתי הרבה הצעות/בקשות להיכנס לתהליך של איסוף סיפורים מראיונות עם אנשים וקבוצות: ניצולי היום הנורא בקיבוץ זה או אחר, משפחות החטופים, בעלי מקצוע ומתנדבים במסגרות שונות. בהמון מערכות, ביניהן של צה"ל ושל "יד ושם", אוספים סיפורים ומתעדים, כאילו מתוך חשש שמא יתאדו הסיפורים ואינם. אנשים הפונים אלי יודעים שאינני מטפלת בטראומה, או בכלל; והם מבקשים - "רק לכתוב עלינו", או עליהם. אני מקשיבה לבקשות בהתרגשות ובענווה ושואלת את עצמי הרבה שאלות. יש עיתונאות, יותר או פחות טובה ומועילה, שמטרתה לדווח על "חדשות", והסיפורים הנוראים שאנו שומעים מכל הכיוונים ערכם הוא בעכשוויות שלהם, ובהשפעתם על דעת הקהל ועל המדיניות.

(ליבי ליבי למגישי החדשות המורחבות שפוגשים אנשים כל כך פגיעים ועצובים ועליהם לדובב אותם לפני המצלמה ולהיות נוכחים בכאבם העצום - אני שואלת את עצמי מי תומך באלה? אבל זה לא הנושא שלי היום).

יש עיתונאות מצולמת שהיא באמת יקרה מפז. כי מחר יבואו הטרקטורים וירחיקו את ההריסות ואת סימני השריפה, והגננים ישתלו דשא חדש ופרחים. הצילום הוא באמת עבודה היסטורית חשובה כרגע לאין ערוך בעיני. מחרתיים לא נזכור איך קהילות קיבוציות או משפחות פליטים מהערים המסוכנות

ניסו להתקיים בבית מלון בתוך עיר, איך נראתה עיר נטושה. ראוי בהחלט לצלם את הדברים.

יש כמובן הסיפור שמספרים אנשים במערך תמיכתי-טיפולי, שקם כמו מכלום בימים אלה. המון אנשי בריאות הנפש מסתובבים בין המפונים, וכנראה גם בין משפחות החטופים והמשפחות השכולות (את זה לא ראיתי בעיני), עם תיות על הבגד המעידה על מקצועם. הם נמצאים שם כדי שמי שזקוק לאוזן קשבת, אולי לעצה טובה, יוכל לפנות מיד, כאן ועכשיו. זהו מבצע אדיר שההיסטוריה של בריאות הנפש תספר עליו. (לפני למעלה מיובל, אחד המרצים שלי בזמנו, פרופ' לואי גוטמן ז"ל, הירבה לספר איך מלחמת העולם השנייה תרמה להתפתחות הפסיכולוגיה...)

אבל כשאנשים פונים אלי הם לא פונים לצילום, לעיתונאות או לטיפול. הם רוצים שאקשיב ואשמור על הנרטיבים שלהם. הם רוצים שאכתוב עליהם ועל הקהילות שלהם, שאכתוב על היממה הנוראה שעברו, ומאז. אני מקשיבה למשאלות ומסבירה בכל העדינות שאני מוצאת בתוכי - שלא, לא אני, לא עכשיו בכל אופן.

פסיכולוגיה נרטיבית במיטבה עוסקת בסיפור ששקע והתגבש עם



# התמודדות עם מתח הקשור למלחמה

- זכרו שלמרות ששומעים בקביעות על מקרי מוות ופגיעה בצבא, הרוב המכריע של החיילים בחזית, לא נפגע.
- שמרו על שגרה יומית. הרגלים מוכרים יכולים להיות מאוד מנחמים.
- אל תשכח לעשות דברים שעושים לך טוב. כל דבר שישמח אותך: טיול, הליכה, סרט וכו'.

- הקדישו זמן להקשיב אחד לשני.
- פחד, כעס ותחושת "קהות" הן תגובות נורמאליות ושכיחות בעת לחץ. חשוב שהחלצים והמתח לא יופנו בעת תסכול, זה נגד זה. שיתוף ברגשות, מקל על מתח. חשוב להכיר בכך שכל רגש שאתה חווה הוא נורמאלי! גם לאחרים במשפחה חוויות דומות לשלך.

- צמצם ככל האפשר את הצפייה בתוכניות מדיה חדשותיות. חשוב למזער את החשיפה לטלוויזיה, רדיו, רשתות חברתיות ואינטרנט העוסקים במלחמה. לעיתים קרובות, כדי לבנות "סיפור" משתמשים בתוכן ובתמונות מפחידות.

ביחס לילדים הדואגים, חרדים

ופחדים מפני המלחמה - חשוב לתת מקום לפחדים אלה. להרגיע ולומר שהורים, המורים, הצבא והמשטרה נמצאים כאן כדי להגן עליהם. כאשר הורה מגוייס ולא נמצא, חשוב להנכיח אותו, גם אם איננו זמין.

ככל שהמטפל העיקרי הנותר בבית עם הילדים, יהיה יציב ואמפאטי כך הילדים ירגישו בטוחים יותר. עם זאת, נסו "לעשות הכל" כאן ועכשיו, עשוי להוביל לתחושת תשישות פיזית ורגשית- כולל תחושת חוסר אונים וחוסר יכולת להתמודד, עייפות, ניתוק והתרחקות. חשוב לטפל בילדים, אך לא פחות חשוב להקדיש זמן לעצמנו, כולל מנוחה ופעילות מהנה כלשהי.

כאשר מרגישים הלחץ הופך למכריע, אל תחשוש לפנות לעזרה מקצועית. קשיים מתמשכים כמו תשישות, אדישות, דאגה, חוסר שינה, חלומות רעים, עצבנות או התפרצויות כעס וזעם - זקוקים לתשומת לב והתייחסות של איש מקצוע. כיום, יש לא מעט מרכזים ציבוריים שניתן לקבל בהם עזרה מקצועית והתייחסות ראשונית.

המלחמה משפיעה על כולנו. במשפחות בהן בני משפחה מגויסים ישנו חשש גדול לביטחונם האישי של יקיריהם שאולי נמצאים עם הכוחות שנפרסו או עומדים לפני כניסה לאזורי קרבות. חלקנו כבר חווים כמה מהתסמינים הרגשיים הבאים, הנובעים מלחץ. ישנם אחרים אשר תסמינים אלה עשויים להופיע במהלך השבועות והחודשים הבאים:

- קושי רגשי ופיזי בביצוע מטלות ומשימות.

- קושיים בריכוז.
- פחד וחרדה מפני העתיד.
- אדישות, ניתוק וקהות רגשית.
- עצבנות, כעס, עצב ודיכאון.
- תחושת חוסר אונים.
- העדר תיאבון או אכילה רגשית.
- קושי בקבלת החלטות.
- בכי, לכאורה ללא סיבה.
- כאבי ראש, קשיי שינה.
- תחושת נסיגה והסתגרות.

כדי להחזיר את תחושת השליטה, ישנם אנשים המנסים לחזור לשגרה, מהר ככל האפשר. אחרים יתקשו להתמקד לאורך זמן בעשייה. בשני המקרים אלה התגובות נפוצות

ונורמטיביות למשבר. ככל שיחלוף הזמן, עוצמת הרגשות תפחת והמיקוד יהיה יותר בפעילות היומיומית ובשגרה. כל אחד חווה לחץ באופן שונה. לכן, מיותר להשוות ולשפוט את ההתמודדות הרגשית שלך לזו של האחרים. לא מעט אנשים שורדים מתח ולחצים גדולים מבלי לפתח קשיים רגשיים משמעותיים, בעוד אחרים עשויים להזדקק לסיוע.

## דרכי התמודדות בזמנים קשים אלו:

- חשוב מאוד לקבל תמיכה ולהיות עם אחרים. קל יותר להתמודד עם אירועים מלחצים בחברת חברים אכפתיים, בעיקר אם גם הם חולקים רגשות דומים לשלך. אם אתם זקוקים לעזרה ותמיכה, בקשו אותה. אנשים קרובים, עליהם אתם סומכים יכולים לחלוק רעיונות, לעודד זה את זה, בעיקר בשעת מצוקה. מצא דרכים שאתה ומשפחתך יכולים לתעל אליה אנרגיה באופן יעיל ומעשי. כגון: עזרה לאחרים, ארגון קבוצת תמיכה בסביבה הקרובה, טיולים משותפים וכדומה, יכולים לסייע לכולם. בעיקר, כאשר מרגישים מוצפים. חשוב לזכור כי בקשת עזרה ותמיכה, איננה סומן לחולשה. הימנע מהסתגרות והתבודדות.





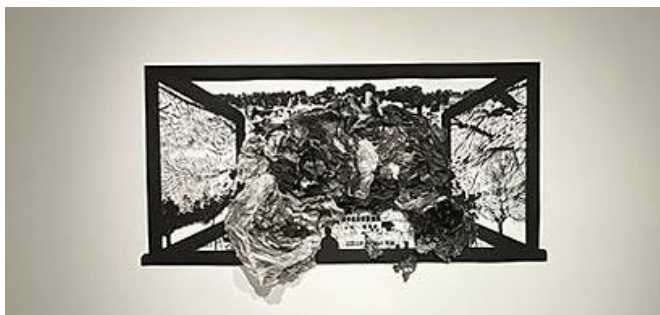
# אין סוף, יש תקווה



ששה סרבר בגלריה גורדון

גדולים וחכמים ממני כבר אמרו בעבר כי יצירת האמנות אינה שלמה ללא המפגש עם הצופה. למעשה זהו מפגש משולש - האמן, היצירה עצמה והמתבונן בה. בעוד היצירה היא דוממת ולכן לא משתנה, והאמן עלול להיות כבר מת במקרים רבים, הרי שאנחנו, הצופים, משתנים כל הזמן. אנחנו מגיעים למפגש עם היצירה עם מטען של היסטוריה אישית, נטיות ורגישויות, חוויות קרובות ורחוקות, וכל אלה משפיעות על האופן בו אנחנו חווים את יצירת האמנות, כיוון שאנו משליכים עליה, גם אם לא במודע, את העולם הפנימי שלנו. כיוון שהעולם הפנימי שלנו לעולם אינו סטאטי, הרי שלאורך זמן החוויה שלנו עם אותה יצירה בדיוק עשויה להשתנות ולקבל רבדים ומשמעויות חדשים. בחודשים האחרונים כולנו נחשפנו לזוועות, לדימויים קשים ומציאות שכמעט ואינה מתקבלת על הדעת, ועל כן כולנו עטופים במעין מסך שצובע הכל בצבעי מלחמה, פחד וחרדה.

בשבועות האחרונים חזרתי לראות אמנות. חזרתי להסתובב בתערוכות ולפגוש יצירות אמנות ללא תיווך. החוויה היא דואלית: מצד אחד, אני מאמינה בכוחה המרפא של אמנות, ומצד שני, היא מעבדת עבורי את החוויה הקשה ומכאיבה לי פעמים רבות.



נועה יקותיאלי במוזיאון פתח תקוה

לאורך כל שנות הבלוג אני מקדישה בסוף השנה האזרחית פוסט לסקירה של השנה החולפת, סטטיסטיקות של הבלוג והישגים מקצועיים. השנה, למרות הצלחות רבות במישור האישי והמקצועי, השנה היתה כל כך שחורה, קשה ומתישה עד כי אין בי כל רצון לעשות זאת. השנה היתה רצופה בשיסוי, פילוג ושנאה ולקראת סופה הביאה אותנו אל עברי פי פחת עם מלחמה עקובה מדם שגובה מחירים עצומים בנפש וברוח. באופן אישי, קשה עד בלתי אפשרי עבורי להרים את הראש ולהביט אל האופק, אל מעבר למלחמה. ודווקא על רקע זה מתחזקת בי הידיעה הפנימית, שעל ברכיה גדלתי, שאין לי ארץ אחרת.



גרי גולדשטיין במוזיאון פתח תקוה

במהלך השבועות הראשונים של המלחמה הייתי ספונה בביתי בהלם ואבל. מה ששמר על רוחי יותר מכל היה מאמץ ההקמה של קרן 'אמנות עם שחר', שהיה למעין אידאה שקרמה עור וגידים ודרשה את תשומת הלב והעשייה שלי. הרגשתי שוב פעילה ונחוצה וזה הביא קצת מזר לנפש.

בתוך כל זה הייתי בעיקר מול המחשב, בטלפונים ובוואטסאפ. לא ראיתי אמנות במפגש פנים אל פנים במשך שבועות ארוכים. עד שחזרתי. חזרתי לסיורים ולתערוכות, אבל הייתי אחרת. כולנו אחרים. במפגש כמעט עם כל יצירת אמנות אני רואה הקשר כלשהו למלחמה ולאובדן, ואני רואה שאני לא לבד. גם אחרים חשים בכך.

בגלריה של עין הוד ביקרתי בתערוכות שאצרה צאלה קוטלר-הדרי ונפתחו בתקופת החגים. בחלל הקטן מוצגת התערוכה "מקום נפלט" העוסקת בחוויית הפליטות והתלישות, שפתאום הפכה כל כך רלוונטית עבור מדינה בה חיים כ-100 אלף אנשים שנאלצו להתפנות מבתם. בחלל הגדול עוסקת התערוכה במקום המפלט - "כאילו חיכו לנו אלף שנים". תערוכה שנקודת המוצא שלה היתה עין הוד, כפר בו אמנים, בוהמיים ואחרים שחשו חריגים, מצאו בו בית ומפלט. במרכז החלל אנחנו מוזמנים לשהות בן הסרוג של טליה שאנון מוזס, ולהשקיף ממנו על גן העדן המכושף של אנה איילת אפל, אל קוטפי הכוכבים של גיא סער רוסו והצופה מהמערה של מתן בן טולילה. אולם הארעיות כל הזמן נוכחת שם: בצרור החול הפריך של חיימי פניכל, בגלגלים הלבנים הפורסים מרבדי בניינים של אמיר תומשוב או 'הגלגול הבא' של תמר שפר בו מגולגלים יחד שכבות שכבות של שטיח, אדמה, דשא, כלי מיטה ועוד ובעבודה 'יש לך חצי שעה לארוז' של עוז עמרני שיצר מעין מובייל ילדות בו עטף חפצים חשובים בכד - דובי, כוס קידוש, סיר, כפכף, בקבוק ויעה.



גלריה עין הוד, מראה הצבה

מול הגלריה שוכן מוזיאון ינקו-דאדא, המארח בימים אלה את התערוכה היפה של אסנת בן דב "צל של ציפור חולפת" באוצרותה של סופי ברזון מקאי. התערוכה הוצגה בגלריה בארי ונשרפה כליל יחד עם הגלריה. בצעד יוצא דופן של סולידריות הזמין המוזיאון להציג את התערוכה בין כתליו. ההפקה התאפשרה הודות לאנשים טובים בשדה האמנות, העסקים והנדל"ן. מעצם העובדה הזו ברור שמרחף מעל התערוכה צל כבד, ועם זאת היא עומדת איתנה בפני עצמה.



אסנת בן דב

התערוכה הראשונה שראיתי כשחזרתי לסיורים היתה במוזיאון פתח תקווה. אשכול תערוכות שנפתח בסוף מאי ועמד לאורך חודשים רבים, אולם בנובמבר הוא היכה בי בבטן הרכה: מיצב "בית אמש" של ענבל הופמן שיצרה בית יד לבנים מתנפח, מעין גיימבורי בשחור-לבן, מוקף בנעליהם המיומנות של הקופצים הנעלמים, הדהד את התמונות של הנופלים החדשים בבית יד לבנים העירוני בדלת ממול. הבית הרוס ממנו מתאבך עשן וממרזבו בוקע פיח השריפה שיצרה נועה יקותיאלי הדהד לי את בתי כפר עזה השרופים. ציור הפחם הענק של מריה סלאח מחאמיד שעסק במלחמה באוקראינה וחוויות הנכבה, העלה בי את המראות מהקיבוצים, על האנשים הכפופים והתינוקות השרועים מעל כדורי רובים. החרדה שעולה מצירוי של גרי גולדשטיין הנכוחה את התחושה הכללית, מצב פנימי מתמשך. על כך אמרו רבים כי לאמנים יש כוחות נבואיים. אני לא מאמינה בזה.



ענבל הופמן. צילום: אלעד שריג

בגלריה גורדון ביקרתי במיצב המצמרר של סשה סרבר: העבודה 'בית' מ-2013 שמשרטטת את שרידיו של בית שרוף ומפוחם, ובתוכו הוצבו שתי עבודות אחרות של האמן - סוס עץ ובובת פינקויו. זה היה ממש בוקס בבטן. כמו שכתב יונתן הירשפלד בטקסט המלווה: "כעת הבית השרוף הוא הבית של כולנו".

בתערוכת 'עדות מקומית' פגשתי את המציאות עצמה, ללא כחל ושרק. התערוכה סוקרת את השנה בין ספטמבר 2022 לספטמבר 2023, שנה של התנגשויות פנימיות, הפגנות ומחאות, פילוג וקייטוב. כל השאר נשאר בשוליים. אל אלה הצטרפו צילומי המלחמה המוקרנים בלופ ומיצב וידאו שהוא הומאז' ל-20 שנות 'עדות מקומית'. התמונה הכללית המתקבלת היא קשה.



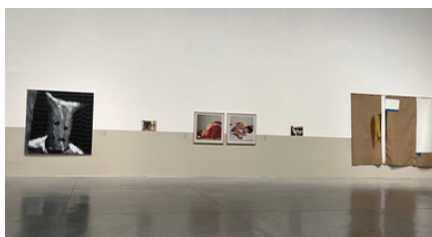
עדות מקומית. צילום: אריאל שליט

המוזיאון ולדלות ממנו עבודות שיש בהן רלוונטיות לתחושות בעת הזאת. כאן ירד לי האסימון. זה הבהיר לי באופן נהיר וברור שאין עבודות נבואיות או כאלה שחזו את העתיד. אנחנו פשוט חיים בתוך רצף ארוך של מלחמות, מבצעים, טרגדיות ופיגועים. הפעם המחט זזה בחדות יוצאת דופן אבל החרדה, הפחד והקושי כבר היו כאן. הם כאן כבר הרבה זמן, ואמנים לאורך השנים מגיבים לאובדן, לעצב, התלישות והתסכול וכעת הכל חוזר כמו בספירלה.



דגנית ברסט, שיר של תדיאוש רוז'ביץ' 2012

ציר התערוכה של מתיתוהו, "שמיני עצרת", הוא עבודה של דגנית ברסט, המבוססת על שיר של המשורר הפולני תדיאוש רוז'ביץ' בתרגומו של רפי וייכרט. השיר קצר ואל כל מילה בו ציוותה ברסט דימוי, כשאלה מודפסים על דף A4 פשוט למראה. המילים והדימויים הללו כמו מפסקים את המשפטים שיצרה מתיתוהו עם יצירות נוספות באוסף. בתוך החלל הגדול היצירות תלויות על הקיר בצורה מעגלית כך שהמבקר נע בתנועה רפטטיבית, כמו בתפילה, לאורך התערוכה.



תערוכתו של שלום סבא, מוצגת גם היא במוזיאון תל אביב באוצרותה של נעמה בר אור, מהווה מעין חרך הצצה לעולם של לפני ה-7 באוקטובר. מעמיקה ורחבה לאמן חשוב שלא קיבל מספיק במה לאורך השנים, ללא שום קשר לקונטקסט הציבורי-חברתי-מקומי-עכשווי. זה היה הביקור באוסף הפניקס במוזיאון רמת גן,



שלום סבא, השחקן קורט גרון, 1929

בן דב מצלמת טבע דומם כאילו היה זה ציור. היא מקפלת ביצירתה צירים שונים של היסטוריה: ההיסטוריה של האמנות, בה לסוגת הטבע הדומם מקום חשוב, במיוחד בציור הפלמי, וההיסטוריה האישית שלה ושל משפחתה, המתגלה אט אט בהתבוננות מעמיקה בצילומים. בחלק מהצילומים, שצולמו באור יום על שולחן בבית האמנית, היא מצוות לפירות והירקות פיסות של בדים. היחסים ביניהם אומרים הרבה: בד החיתול השקוף למחצה שעוטף את קלחי התירס שהזדקנו וקצותיהם קמוטים, שומר עליהם בעדינות; מטפחת הכיס עם הפרחים התכללים מכסה ומגוננת על פרחי הארטישוק בקערה, אחד מהם חמק ממנה ונותר חשוף על השולחן; המטפחת הלבנה והמגוהצת עומדת בנוקשות מאחורי חציל בלאדי מבריק שקפלו דומים לאלה של המטפחת שכמו תומכת בו ו"נותנת לו גב". הבדים מספרים על מסחר הבדים שעסק בו סבה של בן דב בעירק, ונאלץ לעזוב ללא רכוש אל ארץ ישראל. פיסות הבדים הבודדות שהביא הפכו למזכרת משפחתית.



אסנת בן דב

אהבת הספר והבוטניקה של בן דב נחשפת בשני צילומים: אפרסק בשל שניצב על שפת הספר 'עולם הצמחים' שמצאה האמנית כשהוא מלא בסימניות פנימיות, ומגדל הספרים הכחולים שהיא יוצרת מהספרים של אמה, אותם ערמה על ספר ישן שלה - צילום הצמחים. אבל זו לא רק ההיסטוריה שלה - כשהגיע לארץ סבה הפך להיות כורך ספרים, ואילו אמה היתה אישה מאמינה שנשאה איתה תמיד ספר תהילים. בן דב ממתנה ואורבת לרגע הנכון לצילום - הרגע בו הפרפר יתיישב, התיקנחול יתקרב או האגס שירקב - ורק אז היא מצלמת. יוצא דופן הוא הצילום הגדול ביותר בתערוכה 'ספארי טבע דומם', המתאר לדבריה את אחורי הקלעים של הצילומים שלה. ניתן למצוא בו אובייקטים שונים מתוך הצילומים האחרים, עומדים יחד בעירובייה כביכול, על רקע בד מנומר, המנוגד כל כך לרקע חמור הסבר של הצילומים האחרים. למרבה המזל צילום הוא מדיום שניתן לשחזר, אולם זכר העותק הראשון שנשרף תמיד יהיה צרוב בזיכרון.

לאורך התקופה נחשפתי, כמוכם, לדימויים רבים של יוצרים מוכשרים שיצרו בהשפעת האירועים. עבודות חזקות ומטלטלות, חלקן עם ניחוח "מגוייס" משהו, אילוסטרציה לתחושות תחת מתקפה וזוועות האונס והרצח. דלית מתיתוהו, אוצרת האמנות הישראלית במוזיאון תל אביב, בחרה לא להציג עבודות מסוג זה, אלא לצלול אל האוסף העשיר של



ישראל פלדי, דייגים, 1928. מתוך אוסף הפניקס

כהכנה לסיורים הקרובים, היווה סיכום מעניין לכל אלה. בפרספקטיבה של מאה שנים שבהן נפרס האוסף שבנה יוסי חכמי במומחיות ואהבה, מתקבל הקונטקסט הרחב יותר. זה שמספר על יצירה אמנותית במקביל לבנייה והתיישבות. ניכרת בו הנטייה לאידיאליזציה בתקופות מסוימות, במיוחד בתחילת דרכה של ההתיישבות והמדינה. בהמשך השכילו אמנים רבים לבקר את החברה, להביע דעות פוליטיות ולעסוק בסוגיות חשובות במישור הציבורי והפרטי, ועל כן גאוותי. עוצמת החברה הישראלית היא היכולת להשמיע קולות רבים ולהיבנות למרות אותם קולות ובזכותם. אין לי ארץ אחרת ועל כן אני חייבת להיות אופטימית, להאמין שמכל הרע הזה נשכיל לצמוח, להתחזק ולהתאחד. נקווה שזה יקרה בקרוב מאוד, ב-2024.

התקווה נותרת עבורי בחוויית העשייה והנתינה. כזו היא גם תערוכת הפופ-אפ של משה טרקה, רעות דפנא ואסף צור, אמנים שאני אישית מאוד אוהבת ומחוברת לדרכם האמנותית, אותה אצרתי בהתנדבות יחד עם שותפתי לילך שמול. 50% מההכנסות ייתרמו לקרן 'אמנות עם שחר'.

בתקווה ש-2024 תביא איתה מזור, שלוה ואהבה. אמן



# יקב אוריאל

# URIEL

## WINERY



מוזמנים להגיע אלינו  
משה זרח 3, שדרות  
054-6761410  
www.uriel-winery.co.il  
uriakian@gmail.com

יקב "אוריאל" - הינו יקב בוטיק שהוקם בשנת 2016 על ידי אורי אקיאן בעיר שדרות. אורי התאהב בעולם היין, ולאחר ניסיונות רבים החליט להקים יקב בשם "יקב אוריאל" באזור עוטף עזה.

יקב "אוריאל" מתמחה בייצור יינות ממסך [בלנדר] תוך שמירה על אופי של יקב בוטיק. היקב מייצר יינות מענבים איכותיים הגדלים מחלקות רבות בארץ החל מאזור כפר שמאי בגליל העליון ועד אזור כרמי יוסף בשפלה.

את החלקות המובחרות אורי בוחר לפי מספר פרמטרים, כמו: טופוגרפיה ואקלים הררי ייחודיים ההפקת יינות איכות ובהדלים משמעותיים בין יום והלילה על מנת לרכו את פוטנציאל הענבים. בציר הענבים נעשה באופן ידני משעות הבוקר המוקדמות, והענבים מובלים במשאיות מקוררות עד ליקב.

עם הגעת הענבים הקרירים ליקב, הענבים עוברים ריסוק קל ומועברים למיכל ניורוסטה מקורר להשרייה של יום על מנת למצות צבעים, ארומות וטעמים ייחודיים לכל זן.

בסיום ההשרייה אנחנו מוסיפים שמרים ומתחילה תסיסה האלכוהולית בטמפרטורה של 25 מעלות למשך כ-10 ימים, על מנת להוציא את כל הפוטנציאל הארומטי מהענבים אנחנו מבצעים פעולות כגון: פיזאז ודלסטאז, מטרתן של פעולות אלו היא להגיע למיצוי איכותי של הענבים. בחלק מזני הענבים ישנה לפעמים השרייה לאחר תסיסה של מספר ימים. בסוף התסיסה האלכוהולית אנחנו סוחטים את הענבים סחיטה איטית ומועבירים את היין לחביות עץ אלון ישנות על מנת להתחיל את התהליך התסיסה המאלולקטית. בסיום התסיסה המאלולקטית אנחנו מפרידים את משקעי היין ומועבירים את היין הנקי לחביות עץ אלון צרפתיות חדשות וישנות ביחס שווה, להתבגרות של כ-16 חודשים..

בסיום התבגרות היין בחביות, אנחנו בונים בעזרת צוות מקצועי את הבלנדים הסופיים ומועבירים את היין למילוי. לאחר התבגרות של מספר שנים, היין משוחרר למכירה.



גלריה

# גלריית הבנקאות הפרטית מציגה - תערוכת אומן: סופי ברזון מקאי (קיבוץ בארי)

המרכז לאמנות עכשווית בערד, יריד צבע טרי- חממת האמנים העצמאיים ויריד 2023, מרכז האמנות המשותף גבעת חביבה, גלריה חנינא, פסטיבל הצילום הבינ"ל בתל אביב, בביאנלה השנייה לאמנות ועיצוב לשנת 2023 במוז"א, מוזיאון האדם והחי רמת-גן ועוד. עבודותיה התקבלו לשורטליסט של Sunny Art Prize והציגה בגלריית Sunny בלונדון בשנת 2019. בשנת 2020 נבחרה לשורטליסט של Arte Laguna Art Prize והציגה בארסנלה בונציה. הציגה ב-Royal Academy of Arts בלונדון בשנים 2020, 2021. עבודותיה זכו באזכורים של כבוד ב-International Photography awards בשנים 2010, 2018, 2020. ב-2022 זכתה במענק מטעם הקרן ליוצרים עצמאיים של משרד התרבות עבור גוף העבודות שלה 'שמורת טבע'. ב-2023 גוף העבודות שלה 'פרק רביעי- הקן', זכה בפרס ג'וליה מרגרט קמרון בקטגוריה Storytelling. עבודותיה לרוב מבוססות עדשה, עוסקות בשנים האחרונות בעיקר בקולאז', ידני או דיגיטלי, וכן בצילום מטופל. עבודתה עסקה לאורך השנים בחקר שאלות של זהות וייצוג, זיכרון ובית, הגירה, טרנספורמציה ורוח.

כתובת אתר אינטרנט: Sofiemackie.com



נולדה ב-1984. היגרה מלונדון בשנת 1990 לקיבוץ בארי. אוצרת, אמנית חזותית ומנהלת גלריה בארי לאמנות עכשווית. בוגרת של תכנית מנדל למנהיגות תרבות בנגב. בוגרת לימודי צילום בלימודי החוץ של הטכניון- חיפה, והמחלקה לצילום במקרה אובסקורה. למדה אוצרות בתכנית הבינלאומית של קלישר-סמינר הקיבוצים. מובילה את מהלך הקמת הגלריה ופתיחתה בבית רומנו בתל אביב וכן את הקמת הגלריה מחדש בבארי בשיתוף פעולה ארוך טווח עם ממשלת גרמניה. כאוצרת עובדת

עם אמניות ואמנים על גופי עבודות בתהליכים ארוכי טווח, לקראת תערוכות יחידה. והפקת ספרי אמן, בגלריה ובחללים נוספים. בשנת 2023 זכתה ב'צלמת השנה' מטעם פרס הצילום הבינ"ל Julia Margaret Cameron Awards על גוף העבודות שלה 'מי כסף ואדמת כוכבים', שתוצג בינואר 2024 בתערוכת יחידה ב'סטודיו משלך' בירושלים באוצרותה של מיטל מנור. וכן תוצג בתערוכת יחידה בברצלונה בדצמבר 2024. ב-2023 גוף העבודות שלה 'שמורת טבע' הועמד לפרס הבינ"ל לצילום וקיימות Prix Pictet. השתתפה בתערוכות יחידה וקבוצתיות בארץ ובעולם ועבודותיה נמצאות באוספים פרטיים בארץ ובחול, כמו גם באוסף מוזיאון ארץ ישראל. הציגה בין היתר בגלריה החדשה- טדי בירושלים,



Blackbird and Fig



barn owl



swan



doe



Mackie\_Stork



Antlion

# מגזין הבנקאות הפרטית

## גישה ישירה למוצרים ולשירותים

מגזין הבנקאות הפרטית מופק משנת 2011 עבור לקוחות הבנקאות הפרטית של כל הבנקים



לקבלת המגזין למשך שנה ללא תשלום וללא התחייבות ללקוחות הבנקאות הפרטית:



[www.bankautpratit.co.il](http://www.bankautpratit.co.il)

