הירחון הפראלימפי | גיליון מספר 98

ההתאחדות הישראלית לספורט נכים

הוועד הפראלימפי הישראלי

דצמבר 2023

פראתון

מעבר למגבלות
ומעל המגבלות

הקיאקיסט רון הלוי, באימונים, שגרה בצל מלחמה

טוטו
אתנה ATHENA המרכז לקידום ספורט הנשים בישראל
ארגון נכי צה"ל
מרכז ספורט ארצי לעיוורים
מרכז הספורט לנכים ראשון לציון
אילן
קידום אשדוד
משרד התרבות והספורט
אל על
JR/DUTY FREE JAMES RICHARDSON
NUR since 1975
שיבא תל השומר עיר הבריאות של ישראל
קרן עזריאלי Azrieli Foundation
כלל ביטוח ופיננסים
Commercial Vehicles
פנגיאה
DAN מלונות דן ליהנות מהטוב ביותר
RUDY PROJECT
תלמה
סול מדיקס
אלדן eldan

הירחון הפראלימפי | גיליון מספר 98

פראתון

דצמבר 2023

הוועד הפראלימפי הישראלי

ההתאחדות הישראלית לספורט נכים

חברות וחברים יקרים,

אנו נמצאים בימים היסטוריים, ימים שעוד נספר עליהם בעתיד, מה היה המרחב המוגן שלנו, איפה התנדבנו והדמעות שהזלנו בכאב נורא אל מול דמעות השמחה שפשוט לא יכולנו לעצור.

גם ספורטאי הסגל שלנו, ידברו על הימים האלו, על האימונים שנעצרו וחודשו, על חוסר הוודאות והזעם שתועל להוצאת אנרגיה והם גם יזכרו איך זה היה לייצג אותנו בעולם ואיך זה היה ללבוש את מדי הנבחרת של מדינת ישראל ואיך הם הרגישו כשהם ניצחו.

ואנחנו? אנחנו נמשיך לסקר את הכל ההפסדים, האתגרים, המכשולים, הניצחונות, התיקווה והתקומה.

שלכם - צוות הפראתון

מדורים קבועים

- מה יקרה | **3**
- משולחן היו"ר | **4**
- על רגל אחת | **16**

כתבות

- בעולם | **05**
- פריז 2024 | **09**
- חרבות הברזל | **11**
- תהליך השיקום | **13**

עורכת העיתון: קרן איזיקסון

מערכת: לאה שניידר, ד"ר רון בולוטין, ד"ר אסנת פליס דואר

בתמונה: נבחרת ישראל לאליפות העולם בגלישה. צלם: שיין אוונס

מעבר לגבולות ומעל המגבלות

03 מה יקרה בדצמבר?

טוטו טוטו טוטו טוטו טוטו

תחרויות ואירועי ספורט בארץ בחודש דצמבר

- 2.12 טניס שולחן – פתיחת הליגה | **בית הלוחם תל אביב**
- 6.12 פתיחת ליגת רגבי בכיסאות גלגלים | **ספיבק**
- 14.12 טורניר בוצה על שם עקיבא פרבר | **איל"ן חיפה**
- 17.12 כדורסל בכיסאות גלגלים – פתיחת ליגת העל | **כל הרץ**
- 22.12 תחרות קליעה | **בית הלוחם ירושלים**
- 26.12 טניס שולחן – משחקי הבית הפתוח | **ספיבק**
- 27.12 תחרות שחייה | **וינגייט**
- 29.12 אליפות **בית הלוחם באר שבע** הפתוחה בהרמת כח

כפוף להוראות פיקוד העורף

קוראות וקוראים יקרים.

מגפת הקורונה העולמית שהחלה במרץ 2020, כחצי שנה לפני המשחקים הפראלימפיים, חייבה אותנו לעבור מתוכנית אימונים סדורה ומדויקת, למצב של חוסר וודאות, וכמו כל העולם, אלתרנו, ומצאנו פתרונות יצירתיים.

עתה כ 10 חודשים לפני המשחקים הפראלימפיים בפריז 2024, אנו שוב חווים מצב של חוסר וודאות, פגיעה בשגרת האימונים ובלו"ז התחרויות, ולכך מתלווה רכבת ההרים הרגשית בה מצויה כל מדינת ישראל.

בשונה מהקורונה שהשפיעה על כל העולם, המלחמה בארץ נוגעת רק בספורטאים שלנו, ולצד האתגרים הספורטיביים שהמלחמה מציבה בפנינו, לנו, (ואולי גם לספורטאי אוקראינה) יעד נוסף: להחזיר את התקווה, הן ברמה האישית והן ברמה הלאומית.

החודש ציינו 300 ימים עד טקס הפתיחה של המשחקים הפראלימפיים פריז 2024.

עד כה הבטיחו את השתתפותם במשחקים 8 ספורטאים: **יוליה צ'רנוי** מבית הלוחם תל אביב בענף הקליעה, **איאד שלבי ועמי דדאון** מאיל"ן חיפה בענף השחייה, **אסף יסעור** ממועדון שרעבי אומנויות לחימה בענף הטאקוונדו, **טליה אילת** מבית הלוחם תל אביב בענף הקיאקים, **עמית חסדאי** מבית הלוחם תל אביב בענף אופני היד **ומורן סמואל ושמוליק דניאל** מבית הלוחם תל אביב בענף החתירה.

הטוטו שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

בנוסף לשמונה הספורטאים האלו ישנם כ 40 ספורטאים המנסים להשיג כרטיסים למשחקים בענפים הבאים: בדמינטון, טניס בכיסאות גלגלים, סייף בכיסאות גלגלים, טניס שולחן, טריאתלון, כדורשער, אתלטיקה, חתירה, קיאקים, קליעה, בוצ'ה וטאקוונדו.

לצד המאמצים לאפשר לספורטאים להתחרות בחו"ל תוך שמירה על ביטחונם, אנו עמלים עתה על פתיחת עונת התחרויות 24-23 בארץ.

כולנו תקווה לראות אתכם מתחרים שוב במגרשים, בזירות, בנחלים, בדרכים ובבריכה.

אנו גאים לראות גם החודש את הספורטאים שלנו מתנדבים בחקלאות, בהסברה, בביקור פצועים ומשוקמים וביוזמות חשובות נוספות – כל הכבוד!

ואי אפשר לסיים מבלי לברך על חזרתו הביתה של אופיר אנגל, בן ה 17 שנחטף בעת ביקור בקיבוץ בארי באותה שבת ארורה. אופיר הוא נכדו של יוסף אבי יאיר אנגל, לשעבר חבר הנהלה וידיד אמת של המשפחה הפראלימפית. בתקווה לחזרתם של כל החטופים במהרה.

שלכם ובשבילכם,

משה מוץ מטלון – יו"ר הוועד הפראלימפי הישראלי

רו"ח אהוד רצאבי - יו"ר ההתאחדות הישראלית לספורט נכים

JR/DUTY FREE
JAMES RICHARDSON

ג'יימס ריצ'רדסון שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

בדמינטון

אליפות יפן הפתוחה

קונסטנטין אפינוגנוב מדורג 11 בעולם נוצח בשלב הבתים על ידי **הירוהיטו** היפני (19 בעולם) ועל ידי **רמלי** המלאזי (4בעולם)

אמיר לוי מדורג 8 בעולם ניצח את **הובדיה** ההודי (21 בעולם) ונוצח על ידי **קאזיורה** היפני (1 בעולם) בשלב הבתים. בשלב שמינית הגמר נוצח על ידי **טרונג** הסיני (30 בעולם).

בטורניר הזוגות שיתפו אמיר וקונסטנטין פעולה, בשלב הבתים הם נוצחו על ידי זוג סיני ונצחו צמד צ'כי וצוות צרפתי אשר מדורג 4 בעולם. בשלב רבע הגמר נוצחו על ידי צמד יפני וצברו נקודות דירוג חשובות בדרך לפריז 2024, הם מדורגים כעת במקום ה 10 בעולם.

קונסטנטין אפינוגנוב מבית הלוחם תל אביב, מתאמן אצל **קסניה פוליקרפובה וראובן מוזס**, **אמיר לוי** מבית הלוחם ירושלים אשר מתאמן אצל **ראובן מוזס**.

הדרך לפריז 2024 בבדמינטון:

הכרטיסים יחולקו על פי הדירוג העולמי של הספורטאים ב 31.3. תחילה על פי דרוג הזוגות ולאחר מכן על פי דירוג אישי

הישראלים שמתמודדים על הכרטיסים:

- קלאס WH1 נשים: **נינה גורודצקי**
- קלאס WH1 גברים: **קונסטנטין אפינוגנוב**
- קלאס WH2 גברים: **אמיר לוי**

קונסטנטין ואמיר משחקים גם בזוגות וגם ביחידים

טניס בכיסאות גלגלים

טורניר המסטרס השנתי, אליו מוזמנים רק שמונת הטניסאים הטובים ביותר, התקיים השנה בספרד.

גיא ששון ממועדון ספיבק ומתאמן אצל עופרי לנקרי הגיע לטורניר כמדורג 7 בעולם.

בשלב הבתים ניצח את **רמפדי** הדרום אפריקאי (5 בעולם) **ודוידסון** האוסטרלי (4 בעולם) ונוצח על ידי **וינק** ההולנדי (1 בעולם).

בשלב חצי הגמר נוצח על ידי **שרודר** ההולנדי (2 בעולם) גיא הרוויח 375 נקודות דירוג שהעלו אותו למקום השישי בעולם.

הפעם האחרונה שישראלי שיחק במסטרס, היתה בשנת 2017 **כשאיתי ארנליב** מבית הלוחם תל אביב אשר התאמן אצל **נמרוד ביכלר** נוצח בגמר על ידי **דויד וגנר** האמריקאי.

הדרך לפריז 2024 בטניס בכיסאות גלגלים:

הכרטיסים יחולקו על פי הדירוג העולמי של הספורטאים ב15.7.24 וזה הוא בעצם הענף שמחלק את הכרטיסים האחרונים לפריז.

הישראלים שמתמודדים על הכרטיס:

- קלאס 'אופן': **אדם ברדיצבסקי, סרגי ליסוב**
- נשים: **מעיין זקרי ושירן מדר**
- קוואד: **גיא ששון, שרגא וינברג, עילי חיות ויוסי סעדון**

גלישה

אליפות העולם – ארצות הברית

ענף הגלישה לאנשים עם מוגבלות, קיבל השנה, דחיפה רצינית בעקבות הסיכוי שהוא יצורף לענפים שישתתפו במשחקים הפראלימפיים בלוס אנגל'ס 2028.

האליפות התקיימה בחוף הנטינגטון שבקליפורניה בהשתתפות 184 ספורטאים (62 נשים) מ 27 מדינות. מתוך 184 הספורטאים הגיעו 62 נשים.

הנבחרת ביקשה וקיבלה אבטחה מוגברת ממארגני התחרות והמשטרה המקומית, בשל המצב וסך הכול הרגישו בטוח לגמרי וזכו לביקורים של הקהילה היהודית המקומית.

בטקס הפתיחה, הגולשת **אילה שוסטר** נשאה את הדגל ואלוף אירופה הטרי **נחמן בלולו** השתתף באירוע שפיכת החול המסורתי – אירוע בו כל מדינה שופכת חול מחופי ארצה לאקווריום משותף, כסמל לאחווה ואחדות בין גולשי הגלים העולם.

תוצאות הישראלים:

- **אילה שוסטר** בקטגורית נשים prone1 - שכיבה ללא עזרה | מקום 7
- **נחמן יריב בלולו** בקטגוריית ps2 - עמידה עם מוגבלות ברגל | מקום 5
- **אלון אבישר** בקטגוריית ps3 - עמידה עם מוגבלות ברגלים | מקום 6
- **עדי הרפז** בקטגוריית נשים ps3 - עמידה עם מוגבלות ברגלים | מקום 5
- **רונן חן** בקטגוריית prone2 - שכיבה נעזרים | מקום 16
- מתחרה נוסף בקטגוריית ליקויי ראיה | מקום 8

כלל ביטוח ופיננסים

כלל שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

בתמונה: נחמן בלולו בטקס אקווריום החול, צילום פה ג'רסון

בתמונה: רונן חן בגלישה. צילום: פה ג'רסון

בתמונה: איילה שוסטר בגלישה. צילום: פה ג'רסון

גלישה

אליפות העולם – ארצות הברית – המשך

נחמן בלולו שסיים במקום החמישי והחמיץ את העפלה לגמר, אמר בסיום שהיה קשה להתחרות שהראש מוטרד ממה שקורה בארץ ושקיים סיכוי שהניקוד הושפע לרעה בשל המצב. בכל מקרה הוא עם הפנים קדימה ואף הוזמן למקצה ראווה בפופליין מסטר בהוואי, תחרות גלישה יוקרתית הנערכת בגלים גבוהים שעד כה לא קיימה מקצים לגולשים עם מוגבלויות. נחמן הוזמן יחד עם עוד 4 גולשים עם מוגבלויות מהטופ העולמי.

מאמנו של נחמן הוא **עידו דראל**, אלוף העולם לחרשים.

רונן חן שהתחרה בקטגוריה שכיבה נעזרים, צריך להיעזר במשלח שעוזר לו להגיע לעומק ולשלוח אותו על הגל. **עדי קלנג**, שהוא המאמן של רונן חן, היה גם המשלח של רונן במים. בסוף הגל חיכה על החוף **בר אהרוני** שתפקידו היה לקבל את רונן ולקדמו חזרה לעומק לכיוון עדי.

עדי היה בעברו אלוף העולם בשנת 2017 ובשנת 2021 ועזר לנו בהכנת כתבה זו.

נבחרת ישראל הגיעה למקום ה 13 מתוך 27 .

עדי הרפז ורונן חן גולשים במועדון הגלישה החברתי "גל-גלים בית ספר לגלישה נגישה" של עדי קלנג.

בענף הגלישה לאנשים עם מוגבלויות – 9 קלאסים.
2 קטגוריות למוגבלות ראייה ו 7 קטגוריות למוגבלות פיזית.
הקלאסים במוגבלות הפיזית נבדלים ביכולת לעמוד, לשבת או לשכב ובצורך או אי הצורך בעזרת משלחים ומקבלים בסיום כל גלישה.

משרד התרבות והספורט

משרד הספורט שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

בתמונה: עדי הרפז בגלישה. צילום: ליעד קלנג

בתמונה: נחמן בלולו בגלישה

בתמונה: רונן חן והצוות שלו. צילום: ליעד קלנג

כדורסל בכסאות גלגלים

שגרירים

עשהאל שבו | קבוצת קלן, ליגת העל הגרמנית.

קבוצתו של עשהאל במקום השביעי מתוך 10 קבוצות עם 3 ניצחונות ו 5 הפסדים.

שי ברביבאי | קבוצת אמיצ'י, ליגת העל האיטלקית.

קבוצתו של שי במקום השני מתוך 6 קבוצות (באיטליה הליגה מחולקת ל2 בתים שמתאחדים בפליאוף) עם 4 ניצחונות והפסד אחד.

מאור לסרי | קבוצת ואלדיד, ליגת העל הספרדית

קבוצתו של מאור ממוקמת כרגע בתחתית הליגה עם 2 ניצחונות מתוך 9 ומחכה לחיזוק משמעותי שאמור להגיע בקרוב.

מרי סילברמן | מכללת אלבמה, ליגת המכללות, ארצות הברית.

קבוצתה של מרי נצחה 5 משחקים והפסידה משחק אחד. מרי היא הקלעית המובילה בקבוצתה.

עידו שקורי | מכלל טקסס, ליגת המכללות, ארצות הברית.

קבוצתו של עידו עם 5 ניצחונות ו 4 הפסדים.

ליהנות מהטוב ביותר | DAN מלונות דן

רשת מלונות דן שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

ליגות הכדורסל בישראל

שלושת הליגות יחלו ב 17.12 בכפוף להוראות פיקוד העורף.

בליגת העל 10 קבוצות:

כרישי חדרה, בית הלוחם חיפה, אילן ספיבק, ארז ספיבק, ערבה ספיבק, בית הלוחם תל אביב, תותחני צה"ל תל אביב, מג'דאל כרום, עודד ראשון לציון, חוסן – בית הלוחם באר שבע.

לאחר סבב משחקים אחד יחולקו הקבוצות לבית עליון עם 5 קבוצות ובית תחתון עם 5 קבוצות. כל בית יקיים סבב משחקים אחד בסיומו יתקיים פליאוף חצי גמר וגמר לארבעת הקבוצות הראשונות בסדרת משחקים הטוב מ3.

בליגה לאומית א' 6 קבוצות:

אורן ספיבק, אלון ספיבק, דקל ספיבק, איל"ן חיפה, בית הלוחם תל אביב ובית הלוחם ירושלים. האלופה תקבע לאחר 3 סבבים.

בליגה לאומית ב' 10 קבוצות:

בית הלוחם חיפה, בית הלוחם תל אביב, הגולן, כרמיאל ומג'דאל כרום שיתחילו בבית צפון ובית הלוחם ירושלים, בית הלוחם באר שבע, חוסן באר שבע, שלום ראשון לציון שיתחילו בבית דרום.

לאחר סבב משחקים אחד יחולקו הקבוצות ל 2 בתים בית עליון ובית תחתון שישחקו 2 סבבים.

הוועד הפראלימפי הישראלי
ההתאחדות הישראלית לספורט נכים

מסע הלפיד

תכנית המסע של הלפיד הפראלימפי למשחקי פריז 2024

- מסע הלפיד יחל ב 25.8 ויסתיים בהדלקת הלהבה הפראלימפית בטקס הפתיחה של המשחקים הפראלימפיים פריז 2024
- הלפיד יודלק בבריטניה בסטוק מנדוויל, שם 'נולד' הספורט הפראלימפי.
- 24 ספורטאים בריטיים יעבירו את הלפיד ל 24 ספורטאים צרפתים במרכז התעלה מתחת לים אשר מחברת בין צרפת לבריטניה.
- 12 לפידים יעשו דרכם מ 12 נקודות בצרפת אל פריז ויעברו ב 50 מקומות, בכל מקום כזה, יערך הפנינג שמטרתו הכרת הספורט הפראלימפי. (ניתן לראות זאת במפה המצורפת)
- המקומות נבחרו על סמך הזיקה שלהם לספורט פראלימפי, בחלקם מתקיימת פעילות פראלימפית ענפה ובחלקם גרים או התגוררו אלופים פראלימפיים צרפתיים.
- 1000 רצים ישתתפו במסע.
- 800 רצים ירוצו 200 מטר כל אחד, 200 נוספים ירוצו בקבוצות של 8 רצים.
- מדי הרצים, זהים למדי הרצים במסע הלפיד האולימפי.
- 1000 הרצים יסמלו 3 'אנרגיות': האנרגיה הספורטיבית שתכלול ספורטאים, מתנדבים, אנשי צוות ומעטפת. האנרגיה הקהילתית שתכלול אנשים מהקהילה בה עובר הלפיד עם דגש לבעלי עסקים חדשניים עם מצוינות. ואנרגיית 'ההכלה' של אלו הפועלים מדי יום לבניית חברה מכילה יותר, ברת קיימא והוגנת יותר עם התמקדות חזקה בסולידריות.

אל על שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

עיצוב הלפיד האולימפי והפראלימפי ניתן למעצב הצרפתי .Lehanneur שאמר:

"לעצב את הלפיד למשחקים הוא חלומו של מעצב, כזה שמתרחש פעם בחיים, כמו מפגש יוצא דופן עם ההיסטוריה".

ללפיד 3 אלמנטים: שוויון, מים ושלום.

אלמנט השוויון בא לידי ביטוי בסימטריה מושלמת הן לאורך והן לרוחב.

אלמנט המים בא לידי ביטוי במוטיבים תלת ממדיים המזכירים גלים ואדוות מים. בנוסף הלפיד מחזיר אור כמו גלי הים.

אלמנט השלום בא לידי ביטוי בקימורים והקווים המעוגלים שלו, ספוג בעדינות. טהור בצורתו, כמעט יסודי, עיצוב הלפיד משדר נדיבות וסולידריות.

הלפיד האולימפי זהה לפראלימפי, למעט הלוגו.

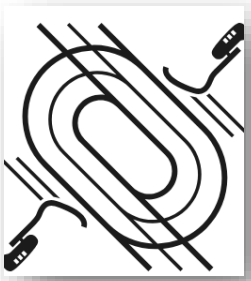
ההתאחדות הישראלית לספורט נכים
הוועד הפראלימפי הישראלי

איקונים

לכל ענף ספורט באולימפיאדה יצרו איקון ייחודי. ביקשנו מאור אדטו - מעצב מוצר ומאפיין חוויות משתמש, קיאקיסט פראלימפי ושחקן בכדורסל בכסאות גלגלים, את דעתו המקצועית:

כחלק מההכנות למשחקי פריז 2024, כל ענף קיבל גם צורה. זה שלב חשוב ומשמעותי בעיני כי לוגו טוב הוא הפנים של הענף.
הפעם בחרו בסגנון קצת שונה מהאולימפיאדות הקודמות, סגנון שמשלב הרבה קווים סימטריים ביחד עם אלמנטים מענף הספורט.
יש הרבה דמיון וקשר בין הלוגואים של הענפים השונים, ובעצם יצרו שפה משותפת שלהם שמדברת על תנועה, סימטריה. אלמנט ברור והכרחי שבחרו לשים הוא כלי המשחק, בענפי הכדור למשל זה הכדור איתו משחקים ובענפי החתירה לדוגמא את הסירה, בחירה די טריוויאלית כי מדובר באלמנט שמאוד מייצג את הענף.
דבר נוסף מעניין זה שבכל ענף פראלימפי בחרו לשים במרכז את האביזר שאיתו משחקים, למשל את כיסא הגלגלים בענף הכדורסל והרוגבי או כיסוי העיניים בכדורשער. זאת בחירה מעניינת ובעיני יפה מאוד, היא מייצגת את זה שהאביזר הוא חלק מהספורט וחלק מהסיפור.
נותנים לכיסא הגלגלים חשיבות לא פחות מאשר הכדור. אני מקווה שזאת אמירה שתבוא לידי ביטוי גם בהמשך בהנגשת המשחקים לציבור, והנגשת הידע.
הרבה ענפים פראלימפיים עומדים מאחוריהם מורכבויות טכנייות של חוקים, קטגוריות ניקוד, אביזרי עזר, חוקים ברורים עבור איזה אביזר עזר מותר ואיזה לא.

כדור שער (משקפת)



אתלטיקה (פרוטזה)

טניס (כיסא גלגלים ומחבט)

שחייה (כובע, משקפת ומוט סימון הגעה לעיוורים)

קרן עזריאלי Azrieli Foundation

קרן עזריאלי שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

הנגשה של החוקים והמורכבויות שנראית מובנת מאליה למי שמתעסק בספורט וכמו שפה זרה למי שצופה מבחוץ,
זה יאפשר בעתיד לחבר עוד אנשים, צופים, ומשתתפים לחוויה הספורטיבית הפראלימפית ואם נחזור ללוגואים, אלמנט שבחרו לא לייצג הפעם הוא הספורטאי, אין שום אזכור לדמות או פרסונה בלוגואים עצמם, מה שמוציא קצת את התחושה החיה והאנושית מהם, וגורמת ללוגו להיות כמו סמל אייקוני יותר מאשר מייצג ענף שכולו סיפורים ואנקדוטות. בחירה מעניינת כשלעצמה, ומעניין כמה משקל ונפח הלוגואים האלה יתפסו בעתיד הקרוב...

11 חרבות הברזל

קשתות

מלחמת 'חרבות הברזל' מייצרת שיתופי פעולה, מבורכים.

קשתי מועדון ספיבק החלו לחזור לשגרת אימונים, כאשר בתחילה התארחו בבית הלוחם תל אביב בהדרכתו של המאמן הראשי **עמית דרור**. וכאשר הוקלו הוראות הפעילות במרחב הציבורי שבו לביתם.

בתמונה הקשתים מתאמנים (התמונה באדיבות ספיבק)

אופני טנדם

צוות הטנדם התחרותי, עמי רביב (סטוקר) ושקד פרנק (קפטן) ממועדון דרופס drops חזרו לאימונים בוולודרום ביחד עם המאמן אור דיין.

אור סיפר לנו: "השאיפה היא להתאמן ולהגיע בהמשך העונה למדידות זמנים ושיפור שיאי ישראל וגם להתחרות במרוצים בחו״ל.

הצוות מתאמן בוולודרום לפחות פעם בשבוע כאשר 2 המקצים העיקריים שהם מתחרים הם במקצוע נגד-שעון קילומטר ו-4 קילומטר (רדיפה)".

פראתון

תלמה

תלמה שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

כדורסל בכסאות גלגלים

תוצאות משחקי אימון בכדורסל בכסאות גלגלים, שנערכו בבית הלוחם תל אביב:

כרישי חדרה - בית הלוחם א' 65-76

בית הלוחם חיפה - צה"ל ת"א 57-84

בין 2 המשחקים התקיימה דקת דומייה וצווין שם אחיה של אוהדת צה"ל תל אביב שנהרג ביום השלישי ללחימה בשער הנגב - **רס"ר אביחי אמסלם ז"ל**, יהי זכרו ברוך.

התמונה באדיבות אלון דוראון

כדורשער

החודש, התקיים טורניר כדורשער בפורטוגל לגברים. היות ולא יכולנו להצטרף עקב המצב הבטחוני, מארגני הטורניר, כמחווה לישראל, תלו את הדגל שלנו יחד עם כל המדינות שהשתתפו בטורניר.

12 חרבות הברזל

הכיסא הצהוב

הצטרפנו ליוזמת הכיסא הריק של מטה המשפחות להחזרת החטופים והנעדרים.

על הכיסא שהצבנו ליד המשרדים, שמנו את תמונתו של אופיר אנגל, נער בן 17 מרמת רחל שהגיע באותו סוף שבוע לביתה של חברתו בקיבוץ בארי ומשם נחטף.

סבא של אופיר הוא ג'וחא (יצחק אבי יאיר אנגל) חבר הנהלה לשעבר ומתנדב פעיל בהתאחדות ובוועד. לשמחתנו, אופיר שוחרר בפעימה השישית.

תמונתו הוחלפה בתמונה של התצפיתנית נעמה לוי, הבת של רופאת נבחרת הנשים בכדורגל איילת לוי שחר.

אתנה שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

כדורשער

הנבחרות הלאומיות של הגברים והנשים בכדורשער התארחו בבית חינוך עיוורים בירושלים על מנת לקיים מחנה אימונים משותף לקראת התחרויות הבינלאומיות בהן יחולקו הכרטיסים האחרונים לפריז 2024.

מלחמת 'חרבות הברזל'

הוועד הפראלימפי הישראלי וההתאחדות הישראלית לספורט נכים, מרכינים ראש ומשתתפים בצערם העמוק של שיינא וספי ומשפחתה על נפילת בן דודה **ארנון בנבנסטי וספי** בקרבות בצפון הרצועה.

זהו אסון נוסף הפוקד את משפחתה למודת השכול של שיינא, גולשת הסקי הפראלימפית, שארבעה מבני משפחתה נפלו במלחמות ישראל.

את הוועד וההתאחדות ייצג בהלוויה חבר ההנהלה **רן פרישוסר**.

13 חרבות הברזל

שיקום

בפני פצועי מלחמת 'חרבות הברזל' עומדת תקופת שיקום לא פשוטה. אנו מאמינים שהספורט יכול בשלב הראשון לעזור בשיקום ובשלב השני להפוך לדרך חיים ואף להפוך למקצוע למי שיצטיין בכך. שוחחנו עם מספר ספורטאים וספורטאי עבר על תהליך השיקום שלהם והחיבור לספורט.

משה מוץ מטלון נפצע במהלך שירותו הצבאי בתאונה ברמת הגולן התאשפז בצפת ושהה כשיקום כחצי שנה בתל השומר. הוא משותק בפלג גופו התחתון. השתתף במשחקים הפראלימפיים בטורונטו 76, היה ראש המשלחת למשחקי אתונה 2004 ובייג'ין 2008, כיום יו"ר הוועד הפראלימפי הישראלי.

הוא לא הכיר את עולם השיקום. בכיתה ט' התנדב במשחקים הפראלימפיים שהתקיימו ב 1968 בארץ. הוא ובני כיתתו עזרו לספורטאים הנכים לעלות להסעות וזאת היתה ההכרות העיקרית שלו עם אנשים עם מוגבלויות.

מוץ שנפגע בתאונה, קצת לפני מלחמת יום כיפור הגיע לבדו למחלקת השיקום, אך זמן קצר אחר כך התחילה המלחמה ולמחלקת השיקום הגיעו פצועים נוספים שהפכו לחבריו הקרובים, חלקם עד היום.

בתל השומר נחשף לשחייה. המאמנת המיתולוגית **מרגלית זוננפלד** הגיעה עם הסטודנטיות שלה מסמינר הקיבוצים שהעבירו למשוקמים שיעורי שחייה. "היה שם גם אולם כדורסל קטן, ותיקי הנכים ממלחמת השחרור הראו לנו איך זורקים כדור לסל ממצב ישיבה, מה שנראה לנו בהתחלה דמיוני".

הזיכרון הכי משמעותי מתקופת השיקום של מוץ הוא **פרופסר רוזין**. "הוא היה אישיות בלתי רגילה, שנתן לכל אחד מאיתנו לבוא לידי ביטוי בדרכו. שלא ראה אותנו כמכלול אלא כל אחד באופן אישי. הבין שכל אחד בא מרקע שונה, עוצמות אחרות, רצונות אחרים וידע להכווין את השיקום שלנו למקומות האלו".

Commercial Vehicles
Commercial Vehicles
Commercial Vehicles

צמפיון מוטורס שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

"שגרת השיקום כללה בבוקר, פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק וכל מיני דברים כמו שיחות עם פסיכולוג, אבל היתה אווירה של מלחמת יום הכיפורים, שקצת מזכירה את היום, הרבה ביקורים, אפילו הנשיא הגיע.

בלילות היינו בורחים מבית החולים יושבים בפאבים בתל אביב שאז נקראו ברים וחגגנו, לא כל כך התעוררנו בבקרים".

במהלך השיקום יצא רק פעם אחת לבקר בבית הוריו היות ולא היה נגיש. נגישות היתה אז נדירה ביותר. כאשר יצא מהשיקום נכנס ישר לבית צמוד קרקע.

בית הלוחם תל אביב היה בתחילתו ובמהלך השיקום הביאו את המשוקמים אליו לראות את האפשרויות הספורטיביות בבריכה האולימפית, אולם הכדורסל ואתלטיקה. תוך כדי השיקום החל מוץ בשגרת אימונים בבית הלוחם באתלטיקה.

מוץ עם דגל ישראל במשחקים הפראלימפיים באתונה 2004 שם היה ראש המשלחת

14 חרבות הברזל

שיקום - המשך

מתי נכון להציע למשוקמים לעסוק בספורט?

"קודם המשוקם צריך להכיר בנכות שלו, להבין שהוא יישאר נכה. לבדוק עם המטפלים ולערב את המשפחה.

קטועים יודעים שהם קטועים אבל נפגעי חוט שדרה יש בהתחלה תמיד את הסיכוי הקטן שזה יסתדר. לא ליפול עליהם, אפשר בהתחלה רק להגיע ולהגיד אני רוצה להיות חבר שלך ואז לעזור לו להשתלב איפה שיבחר בלימודים, באקדמיה בספורט, להיות חבר שלו".

מה ההמלצה שלך למי שמגיע עכשיו לשיקום:

"להחליט לחיות, לשים עד כמה שניתן את הפציעה בצד, יש 2 אופציות או לחיות, לבחור בחיים או לבחור בגרוע מכול. אני ממליץ לבחור בחיים, בסוף הם יפים, ניתן להפיק מהם מכל גובה שאתה יושב את המקסימום.

לאסוף כוחות, לחזר ולהתחזק נפשית. לקבל החלטות, לסמן מטרות ולהגיע אליהם.

מה עזר לך לבחור בחיים?

"קראתי את הספר 'לא שם זין' של דן בן אמוץ וידעתי מה אני לא רוצה להיות, לא רציתי להיות רפי מהספר שבחר בכיוון הסמים בכיוון המסכנות, בכיוון ההתקרבנות בכיוון השנאה העצמית, זה אני לא רוצה להיות. היתה לי חברה ואני רציתי לחיות את החיים, החלפתי חברה בזמן השיקום, הרבה מאוד מחליפים אבל בסוף באתי גם מבית חזק מחברה חזקה היו לי גם חברים חזקים, גדלנו על ערכים, הייתי בנח"ל המוצנח עם אנשים מאוד איכותיים וזה השפיע".

פראתון

שיבא
תל השומר
עיר הבריאות של ישראל

שיבא שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

ביו"ר הוועד, איך אתה רואה את הקשר בין פעילות הוועד וההתאחדות למה שקורה בשיקום כיום?

"הצטרפו מספרים שהם בלתי יאומנו למעגל הנכים. רובם נכי צה"ל או נכי פעולות איבה ובכולם אנחנו צריכים לטפל צעירים ומבוגרים.

כל הארגונים צריכים להירתם. ההתאחדות שתיתן את הרקע והגב הספורטיבי ומרכזי השיקום שיתנו את הבסיס ומשם להצמיח 2 סוגי ספורט: הספורט השיקומי שנותן חיים ואריכות חיים למבוגרים יותר, לנכים הקשים יותר ולמי שיבחר. והספורטאים הטובים ביותר שגם רוצים יהפכו לספורטאים פראלימפיים, נקרא לזה: מעזה ללוס אנג'לס.

רון הלוי, נפצע במבצע צוק איתן, הוא פונה במסוק לתל השומר, שם נקטעה רגלו והוא שהה כחודשיים בשיקום. לאחרונה זכה במדליית ארד באליפות אירופה בקיאקים והוא נמצא בעיצומו של המאבק להשגת הכרטיס למשחקים הפראלימפיים בפריז 2024.

רון בקיאק. צילום – שרון שחר

ההתאחדות הישראלית לספורט נכים
הוועד הפראלימפי הישראלי

שיקום - המשך

רן הלוי – המשך

רון, לא הכיר את עולם הספורט הפראלימפי לפני הפציעה ולראשונה הכיר את העולם כאשר באו לבקר בשיקום קטועים ותיקים יותר.

רון שעסק בספורט הקיאקים לפני הפציעה היה יחסית בכושר גם אחריה וברגע שקיבל פרוטזה למים, חזר לקיאק. במהלך השיקום ולאחריו התנסה בשחייה, ריצה, אופניים, חדר כושר ואפילו סנואובורד, אך בסוף חזר לאהבה הישנה – קיאקים.

"הספורט עשה לי הרגשה מדהימה, הוכחתי לעצמי שאני מסוגל לעשות הרבה ואין גבולות". אומר רון וממליץ למשוקמים: "לעשות מלא ספורט ולהשקיע חזק בגוף ובנפש. זה השיקום הכי טוב".

ראובן מגנאג'י נפצע ברגלו במילואים במבצע חומת מגן ועד היום מסתובב עם מקל הליכה. ראובן ייצג את ישראל בענף החתירה במשחקים הפראלימפיים בייג'ינג 2008, לונדון 2012 וריו 2016. כיום מנהל את נבחרת החתירה הפראלימפית.

ראובן שנפצע ברגלו, לא שהה במחלקת שיקום, היות וכבר היה אבא ורצה לשהות עם המשפחה וחומרת הפציעה אפשרה זאת. הוא נסע לטיפולים יומיים בתל השומר ובבית הלוחם תל אביב שבסיומם חזר הביתה.

"לאט לאט התחלתי ללכת לחדר הכושר בבית הלוחם כחלק משגרת היום ואז התחלתי להתעניין בפעילויות ספורט ימיות מתוך סקרנות, עד שמצאתי את מרכז דניאל דרך פעילות משותפת עם בית הלוחם תא. שם דבק בי החיידק, הרגשתי מספיק בטוח ולא מאוים. ברגע שהתחילו חוויות חיוביות ותחושות של סיפוק ויכולת של להמציא את עצמי מחדש. מה שדרבן אותי להשקיע יותר ולהיות מוכוון מטרה. בעצם השאיפה היתה למלא את החיים בחוויות חיים חיוביות שיסיטו את תחושות חוסר השליטה וחוסר האונים שמציפים אותך הרבה פעמים בעקבות אירועים טראומטיים.

אלדן שותפים לקידום הספורט הפראלימפי

עילי חיות, נפצע בתאונת אימונים בשירותו הצבאי ושהה במחלקת השיקום בתל השומר במשך 8 חודשים. כיום עילי הוא טניסאי בכיסאות גלגלים ונמצא במאבק להשגת הכרטיס למשחקים הפראלימפיים בפריז 2024.

"לא הכרתי לפני אנשים שהיו בשיקום ולא ידעתי לאן אני נכנס. כאשר הגעתי למחלקה. יצרתי לעצמי שגרה בשיקום. מידי יום קמתי ב6, הלכתי לחדר אוכל ויצאתי לפיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק וכל מה שיכול לשפר אותי, בערב קצת ביקורים ותוך כדי שילוב לימודי תואר ראשון. לו"ז ברזל.

הספורט נכנס בשלב מאוד מוקדם בשיקום כי מבחינתי הספורט זה החזרה להיות מי שהייתי ורציתי לחזור לשם הכי מהר שיכולתי, מהר מאוד נכנסתי לראש של ספורטאי תחרותי כמו שהייתי לפני הפציעה. הספורט לגמרי הציל אותי מבחינתי זה הדבר שיכול לעזור לכל מי שעושה שיקום, עבודה קשה וסזיפית עם תחום הספורט שעושה לך טוב. ממליץ למי שעושה שיקום שלא יוותר על שום דבר, שיהנה מהרגעים הטובים וגם האלה שפחות, לחייך הרבה ולהבין שעוד לא נולד האדם שיעצור את הזמן, השיפור יגיע מיום ליום, הרבה סבלנות ועבודה קשה".

בתמונה: עילי במשחק טניס בכיסאות גלגלים

רכילות פראלימפית

הכלב, קולה שנמצא באומנה אצל אסנת פליס דואר ראש היחידה למדע טכנולוגיה וחדשנות, בגלל שהוא שייך למשפחה מעוטף עזה שפונתה, ביקר החודש את שחייני איל"ן חיפה. נרשמה אהבה הדדית. בתמונה יוליה גורדיצוק וקולה.

השחיינית **יוליה גורדיצוק** ושחקן הבוצ'ה **ניקיטה פרוקופנקו** מאיל"ן חיפה זכו במלגות לספורטאים מצטיינים של קריית ים לשנת 2023.

בתמונה, ניקיטה עם תעודת הערכה, התמונה מתוך דף הפייסבוק של דויד אבן צור ראש העיר.

חברת התיירות "קשרי תעופה" העניקה חסות לשחיינית **ורוניקה גירנקו** ממועדון איל"ן חיפה לקראת המשחקים הפראלימפיים בפריז 2024.

סמנכ"ל שיווק קשרי תעופה **ניר מזור**: "אנו גאים להעניק חסות לשחיינית המצטיינת ורוניקה גירנקו, מאחלים לה הצלחה בתחרויות המוקדמות לקראת פריז 2024 ומקווים לראותה מתחרה באולימפיאדה. החיבור עם ורוניקה מהווה את המשך האסטרטגיה של קשרי תעופה להוביל את תחום התיירות ואנו מקווים להמשיך להקצות משאבים לקידום פיתוח הספורט הישראלי ולחיבור לקהילה".

ורוניקה אמרה בהתרגשות רבה במעמד חתימת ההסכם: "אני מודה לקשרי תעופה על העזרה הכלכלית הנדיבה שהם מעניקים לי ועל האמון המלא שהם נותנים בי בדרך להופעה שלישית שלי בקריירה במשחקים הפראלימפיים. בזכותכם, אני נכנסת לשנה האחרונה במסע הפראלימפי שלי לפריז 2024 בראש שקט יותר, עם בטחון שיש מי שעומדים מאחורי לא רק בהיבט הכלכלי אלא גם בתמיכה כנה ואמיתית בספורט הפראלימפי. במעמד זה הבנתי כמה הספורט בישראל בכלל והפראלימפי בפרט חשובים לכם. אני מרגישה שאתם תהיו משפחה תומכת שלי לכל דבר ועניין".

בתמונה – ורוניקה עם ניר מזור, סמנכ"ל השיווק של קשרי תעופה. קרדיט צילום – באדיבות קבוצת THE TEAM