

דואר אדום · מזג אוויר · מפות · דעות · בלייזר · מדע · אסטרולוגיה · פרוגי · מיוחדים · קריירה · בעלי מקצוע · ביטוח · חתונות · דרושים · אלבומים · רכב חדש · English

חפש

Like 1M

26C

תחזית: תל אביב



חיים טובים

פלוס+

תזונה ודיאטה כושר וספורט יחסים ומשפחה חיים טובים תעסוקה ולימודים

בגיל 68 : הסבתות שעפות על החיים

צניחה, בנג'י, טראקים, התנדבות, אירוספרים ומופע יחיד: שום חלום לא גדול מדי בעבור דרורה ושרי בגיל 68. הן מסמנות ומגשימות, "אני לא מחוברת לגיל הכרונוולוגי שלי", אומרת שרי. "אקסטרים זה התרופה לנפש בריאה", מוסיפה דרורה. שתיהן רק מבקשות בריאות, את כל השאר הן יגשימו לבד

Recommend 1

דנה פלג פורסם: 11.10.17, 08:36

בשיתוף "מגדלי הים התיכון"



ולומות בגיל

68

מתוך האלבום המשפחתי



הדפסה

מרחבי הרשת

המדריך השלם לרכישת ביטוח דירה בחוכמה

ביטוח ישיר

Sponsored Links by Taboola

הכי מטוקבקות

1. היכתה מאבטחים ונהג מונית: המחלה

ממך יכולת בדומינית

פתיחת תפריט נגישות.

תפרצות מחלת המין

זיבה בישראל

3. סקר: מה מפריע לנשים בבדיקה גינקולוגית

4. 12 שעות בין חיים למוות: הניתוח שהציל את החיים של תרה

5. האב התמוטט, בנו בן ה-16 ביצע החייאה והציל את חייו

זירת הקניות



סוכות בחמת גדר קמפינג משפחתי במגוון אוהלים מ-449 ש"ח לרכישה <<



עד 30% הנחה בביטוח המקיף לרכב ו-12 תשלומים שווים!

להצעת מחיר <<



עושים מינוי לידיעות אחרונות ומקבלים חופשה זוגית במתנה!

היכנסו עכשיו <<



הקץ לספונג'ה! שוטף/שואב רצפות ופרקטים 5 פעולות ב-1

לרכישה <<



משוים ומרוויחים! השוואת מלונות בקליק אחד!

לפרטים נוספים <<



חדש! מגפי עור לגברים ב-299 ש"ח בלבד!

לרכישה <<



אלבום מחברת כריכה קשה 24 ייחודים רק ב-29.90 ש"ח

פתיחת תפריט נגישות. ין <<



דוררה כהן בטיול בהודו

אפשר לתרום אפילו אם זה רק 'בקטנה'."

"אני ממש לא מחוברת לגיל הכרונולוגי שלי". צוחקת שרי יהב בת ה-68 מנתניה. "אמנם לפי גילי יכולתי לצאת לפנסיה אבל זו אפשרות שאפילו לא עלתה במוחי. חגגתי את החופש והייתי סקרנית לדעת מה מחכה לי מעבר לפינה."

עוד במדור 60 פלוס:

התחיל לרוץ בגיל 68 - וסיים את המרתון ה-100 שלו
אמן הפופ-ארט בן ה-80 שלא ידע שהוא כזה
מחקר: כמה שנים תרויחו אם תבלו עם הנכדים

ודש מתנה!



infome

א'ים



ג פלסטי...קרא



פ'אים בתחום <

בנג'י: תרופה לבריאות

לדוררה 27 נכדים, "בלי עין הרע", היא ממחרת להוסיף, משישה ילדים שהקטן ביניהם השתחרר לא מזמן מצה"ל. "הכל התחיל כאשר סיימתי את תפקידי כמנהלת בית ספר יסודי שבו התחלתי לעבוד כמחנכת". היא מספרת. "היום, אחרי שיצאתי לפנסיה, על פי כל ההגדרות. אני רכזת יישובית של תנועת של"מ, שירות לאומי למבוגר של החברה למתנ"סים

מרחבי הרשת

אזרח ותיק? הנה 6 הטבות שאתה לא מנצל
תכל"ס- מגזין ישראל

היסטוריה בכנסת: הנחה של 1,500 ₪ באגרות הרישוי
לרכב
INsite רכב

Sponsored Links by Taboola

פתיחת תפריט נגישות.

הארצית ברעננה וגם יו"ר מערך התנדבות בעיר. אני מפתחת יוזמות ופרויקטים התנדבותיים שהאחרון שבהם היה פרויקט שקיימנו בגן צבורי באחת השכונות בעיר ונקרא "שני בשש" ובו הפעלנו ילדים בגילאי 4-7 בנושא של חופשה בטוחה, מתנדבים הפעילו את הפעילות".

דרורה אומנם מפנה את תשומת הלב לפעילות ההתנדבותית שבערת בה אולם זהו רק חלק קטן מחייה הגדושים. "אני סובלת מבעיות בריאותיות", היא מודה בכנות, "אבל אני לא נותנת להם לשנות אותי או את גישתי לחיים. אני מקפידה לא לאפות ולהתעסק עם בצק, לא שזה עוזר לי כל-כך", היא צוחקת, "אבל כן מקפידה לטייל במדינות כמו הודו ודרום אמריקה ולעשות אקסטרים ספורט כמו בנג'י וטראקים רגליים בהרי המדינות אלהם אני נוסעת עד כמה שאני רק מסוגלת כי מבחינתי זאת היא התרופה הכי טובה לנפש בריאה".

"עפה על החיים"

אחרי שעבדה במשרות שונות במשרד החינוך ויצאה לפנסיה התחילה דרורה לכתוב בעקבות המלצה של חברה. "אני יכולה לומר שהגשמי חלום שהיה לי בזכות חברה ששמעה אותי מספרת על אירוע שקרה לי והמליצה לי ללכת לקורס מספרי סיפורים". מספרת דרורה.

"בקורס למדתי שנה וכל סמסטר כתבתי פרק מחיי, בסוף אותה שנת לימודים נוצר סיפור שלם שמבוסס עלי תחת הכותרת "לראות את הטוב", על שמחה והסתפקות במועט. הרעיון המנחה אותי הוא אופטימיות, אופטימיות והרבה שמחה הם הכוח המניע לחיים איכותיים ומשמעותיים. למופע קראתי - עפה על החיים".



דרורה ובעלה, במרכז התמונה וקבוצת מטיילים צעירים בדרום אמריקה

סבתא בת 20

הנכדים של דרורה בטוחים שהיא בת 20, "בשבת אירחתי שניים מילדיי יחד עם 14 מהנכדים", היא מספרת בשמחה. "הם אמרו לי שאני סבתא בת 20 ושאני כל הזמן מארגנת

מרחבי הרשת

עברת ניתוח וזקוק לשיקום?
אתה חייב לקרוא את זה
בריאות INSITE

ישראלים שנולדו לפני 1967
וצברו מעל 300 אלף זכאים
להטבת מס מהמדינה
ריאלי - מגזין כלכלי

שימוש יומי בפיתוח הישראלי
החדש ישפר לכם את תפקוד
העורקים
Vinia

הריטלין לא ממש עוזר?
תופעות לוואי? - דרך
חדשנית להתגבר על קשיי...
AttenGo - תתרכז בהצלחה
שטרודל וינאי אמיתי



Promoted Links by Taboola

להם טיולים. מצחיק שאף אחד לא אמר כלום על הבישולים. לא על השקשוקה ולא על המטעמים". היא צוחקת.

לכבוד השנה החדשה, מה את מאחלת לעצמך? "אני מאחלת לעצמי להיות בריאה", היא עונה ללא היסוס ומוסיפה מהר. "ולהעביר לכולם סביבי ובמיוחד לבעלי את התשוקה שלי להתנדבות כי היא ממלאה ומטעינה אותי ולא המטבח".

במה את הכי גאה? "פרויקט שמשמח אותי מאד הוא הפנינג בשכונה". היא אומרת. "זו השנה השביעית שאנו מקיימים את הפרויקט הזה. ובו כל התושבים לוקחים חלק ומכינים מאכלים כולם מגובשים ושמחים והשנה הדגש בסימן: "שכנות טובה" אף שכונה ברעננה לא מצליחה לקיים ברצף אירוע מעין זה".



שרי ירב צונחת כמתנת יום הולדת לגיל 62 (מתוך האלבום המשפחתי)

מתנדבת עם ילדי הגן ומדריכת כושר לאוכלוסייה מיוחדת

גם שרי ירב התחילה במערכת החינוך, אבל היום היא מדריכת כושר ותנועה לנשים מבוגרות, לעיוורים ולאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים מוסמכת וינגייט. סבתא לארבעה נכדים ואם לשלושה, אולם גם הכלות והחתן מקבלים יחס של ילדים וכשהיא נשאלת כמה ילדים יש לה היא עונה בלי להסס, שישה.

פתיחת תפריט נגישות.

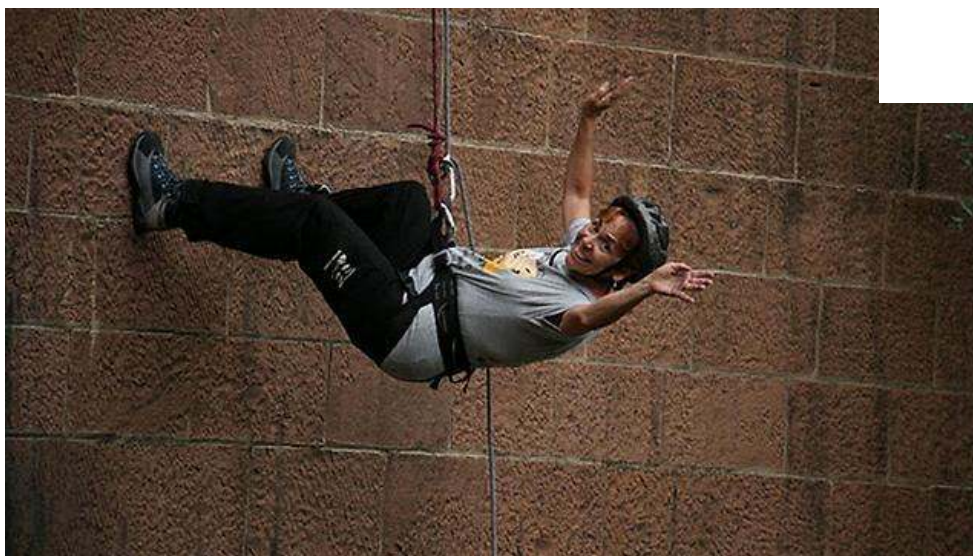
"בשנים האחרונות אני גם מנחה קבוצת מתנדבי "זהב בגן" של תכנית של"מ, שירות לאומי למבוגר של החברה למתנ"סים הארצית", מספרת שרי. "בתוכנית הזאת סבתות וסבים מקנים לילדי הגנים הקטנטנים כללי בטיחות בדרכים. המטרה היא שהילדים יהיו שגרירים במשפחותיהם, לשמירה על בטיחות המשפחה בדרכים ובכלל".



"התחלתי כמורה בחינוך המיוחד", היא מספרת "החזקתי מעמד כ-14 שנים. התפטרתי אחרי לידת הילד השלישי ולא הבטתי עוד לאחור". בגיל 50 שרי פתחה סטודיו לצביעת קירות אומנותית. "זכיתי ונולדתי עם כשרון טכני, לצייר, ליצור. אינני מגדירה עצמי ציירת כי אין לי את הדחף וסערת הנפש שיש לציירים של ממש". מה שלא מנע ממנה לאייר מספר ספרים של חברים ובני משפחה, במשך השנים.

"לפני כשש שנים החלה תקופה חדשה בחיי", מספרת שרי. "אז נרשמתי לקורס "מדריכים לספורט OUTDOOR", פעילות גופנית מחוץ לסטודיו ו/או חדר כושר. הייתי הסטודנטית הכי מבוגרת, מה שכלל לא הפריע. הצלחתי להשתלב ולסיים בכבוד. השתלמתי גם בהדרכה לגיל הזהב ולהתעמלות במים ומיד בסיום הקורס "קפצתי למים" והתחלתי ללמד, לשמחתי במקום שהיה ביתי השני משך שנים רבות, במתנ"ס שעבדתי בו כמנהלת תחום למידה ופנאי".

"נראה שזה היה חלום נסתר שלי. אני שוב מורה אבל הפעם מלמדת את מי שרוצה ללמוד, הן מגיעות ללמוד אצלי, והקבוצות מזינות אותי כל שיעור יותר ויותר ואני מחזירה להן בהדרכה לשמירה על גוף ונפש בריאים יותר".



שרי בסנפליג על החומה הסינית (מתוך האלבום המשפחתי)

סבתא מגניבה שעושה בושות

איך מסתדרת המשפחה עם סבתא שלא ממש מתנהגת כמו סבתא? תלוי את מי שואלים. שרי רואה את התגובות - כמחמאה. "אחת המחמאות שלא אשכח שנתנה לי הנכדה כשהיית בערך בת 9 היתה, סבתא, יש לך אנרגיות צעירות", נזכרת שרי.

פתיחת תפריט נגישות.

"הנכדים חושבים שאני סבתא מגניבה, אבל גם כזאת שעושה פאדיחות", היא מודה. כמו מה למשל? "פוצחת בריקוד לצלילי מוזיקה יוונית במרפסת המלון בכרתים בזמן בחופשה משפחתית". היא צוחקת. "אבל הרגעים שאני הכי אוהבת הם השיחות איתם. חופשה אצל



סבתא זה בעיקר היום "שופינג", כשהם היו צעירים יותר אז אהבתי לארגן להם קייטנה. קייטנה כייפית על גלגלים, עם זמן לאפייה, יצירה וטיולים".

שרי חלמה על צניחה, מסעות ואתגרים, היא רק הייתה זקוקה לדחיפה קטנה. "בתי הפתיעה אותי ורשמה אותנו למיונים למלכת המדבר". היא מספרת "כך יצאתי עם בתי למסע בלפלנד. זאת הייתה חוויה מרגשת, מרחיבת דעת, מגבשת ומהנה ביותר. החוויה התעצמה כשבמסגרת המשימות שמוטלות על המשתתפות במסע, ובמבדק הסוציומטרי שעשו לנו כקבוצה, נבחרנו- צוות הג'יפ שלנו, לצוות המנצח, זכינו בתואר צוות דבש וזכינו במסע נוסף בשנה העוקבת, לסין. מה צריך יותר מזה".

"כשמלאו לי 62, הפתיעו אותי בעלי וילדיי במתנה, צניחה חופשית. זה היה חלום שלאחריו אני יכולה לומר שמדובר בחוויה מכוננת. סוג של טכס חניכה. לאבד שליטה ולהתמסר לחוויה".

לכבוד השנה החדשה, מה את מאחלת לעצמך? "מחכים לי עוד טיולים ברחבי העולם, איור "הגדה של פסח", ללמוד לכתוב שירים, לרקוד עצמי לדעת ונראה מה עוד ילד יום. אבל הכי חשוב - שנהיה בריאים ושלמים להמשיך לחלום ולהגשים ולעשות רק טוב".

צפו בדרורה כהן מנסה להדביק באופטימיות את התושבים המקומיים בדרום אמריקה:

פתיחת תפריט נגישות.





||
Promoted Links by Taboola

החיסול באשדוד: התחבוסת והצליעה הפלילו את הרוצח

יש לי נח 100,000 - איפה הכי כדאי להשקיע?

TheMarker


לקראת גיל הפרישה הגיע הזמן לקטוף את הפירות – תיקון 190 לפקודת מס הכנסה

Globes

פתיחת תפריט נגישות.

בשיתוף "מגדלי הים התיכון"

מצאתם טעות בכתבה? כתבו לנו

« לפנייה לכתב/ת 



Promoted Links by Taboola

כתבות נוספות

קורע לב: נכדתו של גידי גוב הלכה לעולמה בגיל תשע

הקץ לריחות בשירותים: הפטנט הישראלי שישדרג כל חדר שירותים

חדשנות ולייף סטייל

שנת 2017 ואת עדיין מסירה שיער מהפנים בלייזר? תתקדמי

round-table.co.il

למה רובנו מפספסים את זה? האיש שעוזר לישראלים להתעשר מהבית, מדבר

Readly.co.il

הסודות המשפחתיים של גורי אלפי נחשפים שבץ: 6 מזונות שיחזקו את הגוף

לחץ/י כאן

מעניין אותך לקרוא על חיים טובים?

לקבלת עדכונים על כתבות חדשות

Powered by Jeeng

פתיחת תפריט נגישות.



פתיחת כל התגובות

לכתבה זו התפרסמו 47 תגובות ב-25 דיונים

הצג: מהסוף להתחלה

תגובה חדשה

25. איזו השראה! הלוואי על כולנו גישה כזאת בגילאים הללו (לת)
נטי (15.10.17)
24. אשריכן נשים יקרות:
לאה, צפון (14.10.17)
23. אולי לבעל שמאפשר זאת יש כסף? אתם קנאים (לת)
(14.10.17)
22. "נפלאות הפנסיה התקציבית". בפרק הבא: "נפלאות רכב חברה" (לת)
(14.10.17)
- שטויות ורוע. למורים אין פנסיה כמו בצבא, בעירייה או בנמלים (לת)
(14.10.17)
21. הסבתות האלה צריכות לארוז מזוודה ולהפסיק
בסוף כולם מתים (13.10.17)
20. ומה קורה בגיל 69? (לת)
(13.10.17)
19. ואין GIF אחת ראויה.... (לת)
(13.10.17):
- חולה נפש (לת)
(13.10.17)
18. רק אמא שלי מתנהגת כמו זקנה מגיל 40 (לת)
יעל (13.10.17)

פתיחת תפריט נגישות.



17. כל הכבוד!!! איזה אומץ (לת)
אירית (13.10.17)
16. טוב לדעת, רוצים עוד כתבות על אנשים תורמים (לת)
שרית (12.10.17)
15. פירגון
שחר (12.10.17)
14. דווקא לא נראית משהו לגילה. אני מכיר בגילאים האלה שנראות 10 (לת)
גבר (12.10.17)
- אין תחתית לכסילות. אם זה מה שיש לך להגיד. (לת)
(12.10.17)
- אבל לא כולן משקיעות בפעילויות (לת)
אישה (12.10.17)
- מעניין איך אתה נראה "גבר" ומה תורם לחברה מלבד שטויות (לת)
(14.10.17)
13. נראה לי משונה שבכלל צריך לעשות כתבה על התופעה ה'מוזרה'
(11.10.17)
- מה בדיוק משונה? הרי אני בגיל שישים וחברתיי
(13.10.17)
12. אנשים רעים עם פה גדול תמשיכו לבהות במסכים עם עיני עגל ותסתמו (לת)
(11.10.17)
11. סבתות יקרות :
עפרה, רחובות (11.10.17)
10. הן נראות
לילי (11.10.17)
- נכון, כי זה מה שחשוב
(12.10.17)
- מורות שמנות ודוחות. (לת)
10 (12.10.17)
9. סבתות תהנו וכמה שיותר עשיתן מספיק והותר (לת)
(DANCE TRAVLE (11.10.17)
8. קורפוס קלוסום (חיבור המיספרות המוח)____מהירות חשיבה/דימיון____ (לת)
בהריון ואחריו מוסיקה, שלוח לתינוק וילך יחף (11.10.17)
- לפחות.קורפוס עקבי, מתי תתאשפז,???? (לת)
(11.10.17 , נשלח מהאנדרואיד)

פתיחת תפריט נגישות.



חחחחחחחחח גדול (לת)

חחחחחחחחחחח (13.10.17)

7. חשבתי שלמורות פנסיה קטנה, איך מממנים כל זה? (לת)

מיכה (11.10.17)

מורות בכייניות עם טונות של כסף וזמן פנוי. (לת)

(11.10.17)

הנורא מכל שהן ממשיכות להתיחס אל כל אחד כאל תלמיד שלהן (לת)

בסה"כ מורות..... (13.10.17)

מהבעל בטח (לת)

(11.10.17, נשלח מהאנדרואיד)

מוזמן לראות מורות בפנסיה מחטטות בפחי אשפה ברחובות תל אביב.

7 (12.10.17)

כי הן בזבזו כסף על סיגריות שופינג וכו, לי יש אחלה פנסיה

מורה, חיפה (13.10.17)

חוסכים מיכה את כל הקרנות כמו כל אחד שידע להתנהל

(14.10.17)

6. איזה יופי.. תצליחו !! ותהיו בריאות. אנשים כאלה ברכה לסביבה (לת)

ציפי (11.10.17, נשלח מהאנדרואיד)

5. ראיתם פעם בנות 68 בחו"ל? לרוב הן פצצות. רק בארץ בת 50 עגלה (לת)

קובי (11.10.17)

רק בארץ יש בנים שמטס (לת)

דוד (11.10.17)

4. אני בגילן

לילית (11.10.17)

צודקת ב100% תהני הרבה בריאות

דיקלה (11.10.17)

הכי טוב. כך גם אני. (לת)

me, מרכז (12.10.17)

לילית למה תחרות והשוואה? להן טוב ולך טוב- הכי טוב. (לת)

(14.10.17)

3. איפה מוצאים מדריכת כושר למבוגרים בגוש דן/ת"א? (לת)

אילה (11.10.17)

2. במקום לעוף שיעשו דיאטה (לת)

מני (11.10.17, נשלח מהאנדרואיד)

פתיחת תפריט נגישות.



מני אל תתרבה

איתן (11.10.17)

לא, אתה (לת)

(11.10.17)

1. כל הכבוד (לת)

מליסה (11.10.17)

כל התגובות לכתבה "בגיל 68 : הסבתות שעפות על החיים"



Samsung Galaxy Note 8
כולל חבילת הטבות!

לרכישה <<



מחבת להכנת שקשוקה
מתאימה לכל הכיריים

לרכישה <<



יונדאי איוניק אוטו' 2017 ב-
1,949 ₪ תשלום חודשי

הכנסו עכשיו <<



טיסות זולות ליעדים בכל
העולם!

הזמן טיסה <<



אל תקרא לי קשיש! שדרוגים
לחיים קלים ובריאים יותר

היכנסו עכשיו <<



עד 30% הנחה בביטוח מקיף
לרכב ב-12 תשלומים שווים!

להצעת מחיר <<

דירות רכב יד שניה דרושים פרסמו מודעה עוד

נכסים חמים מתוך



דמרי Special

איכות חיים מושלמת בצפון
החדש של שדרות, במחירי
הזדמנות!

פרטים נוספים



הטבות מיוחדות

לרוכשים הראשונים בחלומות
נחלת ראשל"צ

פרטים נוספים



הטבות בלעדיות

"מגוון דירות בתנאים של פעם
בחגים רק בשבוע המכירות
בחוה"מ"

פרטים נוספים



העלייה 2 נס ציונה

4 חד', 99 מ"ר + 7 מ"ר
מרפסת בקומה 5, 1,890,000 ₪

פרטים נוספים



מבצע בקרית אונו

פנטהאוז או דירת גן? שלמו
עכשיו 20% והיתרה בסמוך
למסירה!

פרטים נוספים



ר גרות
ת ברחובות!

פרטים נוספים

פתיחת תפריט נגישות.



הדף שלנו בפייסבוק

עקוב אחרינו בטוויטר

נגישות 

הפוך לדף הבית

ynet בסלולר

ניוזלטר

פרסמו אצלנו

אנציקלופדיה

ארכיון

מרכזי המבקרים

Israel News

אודות האתר

RSS

כתבו אלינו

עזרה

מדיניות פרטיות

תנאי שימוש

מפת האתר

כלכליסט

בלייזר

מנטה

mynet

מפות

פרוגי

Yschool

kick

כיכר השבת

תיירות

אוכל

רכב

בעלי חיים

שופינג לאשה

יחסים

אסטרולוגיה

מעורבות

ירוק

לאשה

דילים

כולסטרול

Pplu

קניות | מניות | שער הדולר | שער היורו | דרושים | מחירון רכב | דירות להשכרה | קופונים
 מחירון דירות | רכב חדש | דירות למכירה | לוח רכב | יד שניה | בעלי מקצוע | עברית
 mame | דירות חדשות | אופנה ואקססוריז | ynetArt | Bectm | זיכרונט | ידיעות בתי ספר
 מנוי למגזין | ידיעות אחרונות | פיתוח אתרים | פיתוח אפליקציות

