**‏יום רביעי 13 אוגוסט 2025**

**גמלאון אוגוסט 2025**

אנו מייחלים לשחרור מהיר של כל החטופים, מביעים את השתתפותנו בצער המשפחות השכולות ומאחלים החלמה מהירה ושלמה לפצועים. אנו מתפללים לשלום חיילנו אשר בחזית ומקווים שישובו במהרה לביתם.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

**בחודש ספטמבר מתוכננות, בין היתר, הפעילויות הבאות:**

* טיול לאזור אצבע הגליל – בהדרכת - דרור וייצמן

- פשטידה – אסתי קונשטט

- חלוקת שי ותווי קניה לראש השנה תשפ"ו

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

שי הוועד ותווי קניה לראש השנה תשפ"ו 2025:

זכאים לשי הועד חברי ארגון גמלאי הסגל המנהלי ששילמו דמי חבר לשנת 2025.

השי לשנת תשפ"ו ותווי הקניה, שנרכשו על ידי גמלאים לראש השנה יחולקו בימים: שני 1.9.25 ושלישי 2.9.25 בין השעות 9:00 ל-13:00. במידה ויחולו שינויים בתאריכים, נודיע על כך.

גמלאים שהזמינו תווים נודיע להם לפני ימי החלוקה, את ערך התווים לאחר ההנחה ואת ערך ההמחאות שעליהם להכין מראש, על מנת למסור לוועד בימי החלוקה.

התשלום יתבצע באמצעות המחאות בלבד, ב-3 תשלומים שווים, לפי הפירוט כלהלן:

**תשלום ראשון**: ביום שלישי 1.9.25 (ביום חלוקת התווים).

**תשלום שני**: ביום ראשון 5.10.25.

**תשלום שלישי:** ביום ראשון 2.11.25

גמלאים המעוניינים לשלם עבור תווי הקניה בתשלום אחד, יכולים לבצע את התשלום בהמחאה או בהעברה בנקאית לחשבון **הועד לא יאוחר מ-5.10.25.**

מי שאינו יכול להגיע בימי החלוקה, יוכל לקבל את השי ואת התווים במשרד הועד בימי ובשעות העבודה.

טיול: מחדשים את הצפון ופותחים את השנה – בטיול אל אצבע הגליל

יום ב' 8.9.2025 – בהדרכת דרור וייצמן

המסלול:- יער ביריה, חוות מתתיהו, קיבוץ מלכיה, קריית שמונה, מטולה:-

נפתח את הטיול במצפור יער ביריה, היער אשר ספג טילים מלבנון במלחמה האחרונה, עובר תהליך שיקום על ידי יערני הקרן הקיימת. נצפה אל גבול הלבנון ואל אזורי שיקום היער.



נבקר בחוות מתתיהו שליד קיבוץ ברעם. בחווה (של משרד החקלאות) מאקלמים זנים של עצי פרי נשירים. נראה את חלקות הניסויים של תפוחים מזנים שונים ונטעם את תפוחי העונה.

נמשיך לביקור בקיבוץ מלכיה שעל גבול הלבנון. נבקר במצפור חדש אשר ממנו נצפה אל לבנון ואל שטחי החקלאות של הקיבוץ הנמצאים על הגבול.

ארוחת צהריים מאוחרת תתקיים בסביבות השעה 15:00 בשניצליה בקרית שמונה (הארוחה כשרה וכלולה במחיר הטיול).

נסיים במטולה - המושבה הוותיקה אשר נפגעה במלחמה, חוזרת אל עצמה. באנדרטת צד"ל שליד הגדר הטובה נראה את תוצאות המלחמה ואת תהליך השיקום אל מול הצד הלבנוני.

* ארוחת בוקר עצמאית בתחנת העצירה הראשונה באיזור כרמיאל.
* קטעי הליכה קצרים.
* **מחיר**: לחברים ובני בנות זוג:  **120 ₪**  אורח: **190** ₪

**יציאה: בשעה 07:00 מהיכל הספורט ובשעה 07:30 מצומת צבר**

**שעת חזרה משוערת 18:30**

**נעצור בתחנות נוספות לפי הצורך.**

**ברכות לימי הולדת:**

בגלל המלחמה עם אירן ויציאה לחופשה לא הספקנו לברך את ילידי חודשים יוני ויולי.

אז מוטב מאוחר...

**ברכות לילידי חודש יוני**

בולגנים אהובה, בן שמחון אלברט, גרימברג טובה, זמיר נעמה,  
יורן אמירה, ינקלביץ טטיאנה, לוי בתיה, מיכאל פאבונה, מנור עוזי, ציגלמן ציפי.

**ברכות לילידי חודש יולי**

אילת ירדנה, אילת עמוס, הראל צילה, זינגר כרמלה, חיון רחל, טנג'י חנה, לובוביץ רעיה, לוין מרים, מינס ישראלה, מנדל סילביה.

**וברכות לילידי חודש אוגוסט**

אברבנל יוסף, אלברט אריאל, אריאל שולה, אשכנזי ישעיהו, בן סימון דני, דבדבני שרה,  
דרובצקוי טטיאנה, הלוי לאה, טור כספא יוסי, כהן לורה, לברן אתי, לוי שלמה, מרינוב ליליה.  
עתיקאי-שרון הדס, צביאלי דינה, צלקא שושי, רונן רות, רייצס נחמיה, שטרומינגר נחמיה,  
זהבי אורה.

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**יצירת קשר**

שעות פתיחה משרד הועד - בימים א-ד בשעות 13:00-8:30.

קבלת קהל בימים אלה בשעות 12:00-10:00.

טל: 04-8240055

פקס: 04-8288252

מייל – [vgimlaei@univ.haifa.ac.il](mailto:vgimlaei@univ.haifa.ac.il)

אתר הועד באינטרנט - <https://vgimlaei.haifa.ac.il/>

כדי להקל ולייעל את הטיפול בענייני כספים, החברים מתבקשים לבצע תשלומים באמצעות העברה בנקאית לחשבון הארגון.

**להלן פרטי חשבון הבנק של ארגון גמלאי האוניברסיטה:**

**בנק – 04 (יהב)**

**סניף – 311**

**מס' ח-ן – 116469**

**גמלאים מבשלים ואופים – פשטידה או קיש** – **אסתי קונשטט**

### **פשטידת כרובית, ברוקולי וגבינות**

תמונה שמכילה מזון, צלחת, חטיפים, סגור

התיאור נוצר באופן אוטומטי



|  |  |
| --- | --- |
| **מרכיבי הפשטידה** | **אופן הכנה** |
| **לבצק (אפשר לוותר)**: (תבנית 28 ס"מ)  2 כוסות קמח  150 גר' חמאה  קורט מלח1 כפית סוכר  חצי מיכל שמנת מתוקה  1 כפית חומץ  כף שמן זית | * במיקסר עם וו גיטרה, מערבבים במהירות איטית את הקמח, החמאה, המלח והסוכר עד לקבלת תערובת פירורית. * מוסיפים את השמנת המתוקה, החומץ ושמן הזית, וממשיכים לערבב עד לקבלת בצק בעל מרקם אחיד. * עוטפים בניילון נצמד ומכניסים למקרר לחצי שעה. * מרדדים את הבצק לעובי חצי ס"מ, מרפדים את התבנית (או התבניות) ואופים בטמפרטורה של 180º למשך 15 דקות. |
| **לתערות הירקות והגבינות**  400 גר' ברוקולי (חתוך לפרחים קטנים)  400 גר' כרובית (חתוכה לפרחים קטנים)  3 כפות קמח כוסמין   ½כפית אבקת אפייה  3 ביצים  250 גר' (1 גביע) גבינה שמנה או קוטג'  50 גר' גבינת פטה/בולגרית מפוררת  כפית מלח, קמצוץ פלפל שחור,  אורגנו וחצי כפית אבקת מרק.  מלמעלה: גבינת קשקבל (קפלוטירי אם יש) מגורדת. | **אופן הכנת הפשטידה תערובת הירקות והגבינות**   * בכלים נפרדים, מבשלים את הכרובית ואת הברוקולי כמה דקות עד לרתיחה. לא לרכך יתר על המידה. * לכבות ולהשאיר להתרכך בחום. * מועכים את הכרובית לחוד וסוחטים את המים. * מועכים את הברוקולי וסוחטים את המים. * בקערה מכינים בלילה מהביצים, גבינה שמנה, גבינה בולגרית מפוררת, קמח, אבקת אפיה, תבלינים ואבקת מרק. * מערבבים את בלילת הפשטידה, מעבירים אותה על תבנית האפיה ומיישרים אותה. * אופים ב-180º כ-20-30 דקות. * מוציאים מהתנור ומפזרים מלמעלה את גבינת הקשקבל המגורדת ומכניסים לתנור לעוד 10 דקות או עד אחרי שהזהיבה. |
|  |  |

**לכבוד: ארגון גמלאי אוניברסיטת חיפה**

**טיול מחדשים את הצפון – אצבע הגליל**

**יום שני 8.9.2025**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **שם הגמלאי.ת** | **מס' גמלאים** | **מס' אורחים** | **מספר טלפון** | **סמן.י ב-X את תחנת האיסוף** | |
|  |  |  |  | ∕  ∕  ∕  ∕  ∕ | 07:00 היכל הספורט  07:10 צומת לב המפרץ  07:20 צומת קריית אתא  07:25 צומת הצריף  07:30 צומת צבר |

הערה: ההרשמה באמצעות העברת הטופס ב-דוא"ל, פקס או מסירתו ישירות במשרד הועד (לא יתבצע רישום טלפוני).

מומלץ להרשם באתר <https://vgimlaei.haifa.ac.il/>

חתימה ................................תאריך .......................