

 **מזל טוב**

**סבתא**

**נולדה!**





מזל טוב לך, סבתא, לנכד חדש  
• מזל טוב על שלל התפקידים  
החדשים שמחכים לך • רוצה  
לפתוח בית ולב לבתך, שגדלה  
לה, ולתינוק הזעיר שלה? •  
אספנו בשבילך טיפים, עצות  
והדרכות • מזל טוב גם לך, אמא  
צעירה, שעדיין שבה ומתפקדת  
על בית ההורים. חשוב שתדעי  
להעריך את התקופה הזו; חשוב  
שתדעי לפעול בה נכון. גם לך  
יש מה לשמוע ולהפנים בדפים  
הללו • שיהיה בשעה טובה!



## את

העריסה כבר העלו מן המחסן, ניקו ואפילו חיטאו, פרסו עליה את סדין הדובונים ששמור בדיוק למטרה הזאת וסביבה קשרו סרטים בגוונים של ורוד או תכלת ושני בלוני הליום מתוחים. הבית עבר למצב של כוונות אחרת, תשבץ המיטות תוכנן מחדש; הילקוטים, הספרים והמחברות מצטופפים עם השכנים בחדר הסמוך או נדדו לסלון ומהמטבח עולה ריח של צלי עוף עסיסי ופלפל ממולא. מישהו תלה כבר שלט בכניסה: 'ברוכים הבאים לבית ההחלמה' וצייר פרצוף של תינוק חסר שיניים ובעל תלתל. הנה, עוד מעט, ממש עוד מעט, הם יבואו. התינוק הקטן הזה ואמא שלו - צעירה גם היא. עוד מעט הם יכנסו עם מזוודה, שמיכה חדשה וקטנה וריח ענוג שאין כמוהו בעולם עוד - יאפוף את הבית. הדלת נפתחת לקראתם והשטיח הוורוד-תכלת כבר נפרס. איך תיראה התקופה הזאת עכשיו? איך היא תעבור על יושבי הבית הזה, שפתחו את הלב לעזרה, לנתינה ולנחת? ואיך תצא ממנה





## סבתא במשמרת

סבתא יקרה. רוצה להרגיע את התינוק הקטן כשאמא שלו ישנה? רוצה לאפשר לה לילה רגוע אחד?

**גב' איטה סגל וגב' שרה כרמל** מעניקות לך כמה טיפים של בעלות נסיון:

**גב' סגל:** "אל תכפי על האמא הצעירה צורת טיפול מסוימת בתינוק. תמיד כדאי לתת להן לקבל החלטה בעצמן. התינוק לא יפסיד מההחלטות של אמא או של אבא שלו, אף שהם צעירים. הביעי את דעתך, תני את עצתך, אבל תני להם להחליט. ובכל זאת - אני עוד מהדור הזה שדוגל בהשכבה על הבטן, בהשגחה כמוכן. מה לעשות שכך הקטנטנים האלו רגועים? כשהתינוק מתפתל מכאבי בטן, החזיקי אותו בתנוחה של 'נמר' על גזע עץ' וכשהוא נרגע השכיבי אותו בעדינות על הבטן. כך הוא יירדם."

**גב' כרמל:** "אם אין שום בעיית האכלה, מה שצריך לעשות זה פשוט להחזיק את התינוק, לעטוף אותו, והוא יירגע. אם יכול להיות שהתינוק רעב, אין מנוס מלתת לאמא להאכיל אותו. לקחת תינוק לכל הלילה בשבוע הראשון - זה לא נכון. קשה לאמא לראות את בתה עושה ימים כלילות, אבל כשהיא מנתקת את התינוק מאמא ללילה שלם היא עושה את ההיפך מלעזור."



האמא הצעירה והנרגשת הזאת, העולל שלה ויתר בני המשפחה?

זה תלוי רק בנו, בני המשפחה כולם. זה תלוי בסבתא-אמא המארכת, באחים ובאחיות שבבית וגם, בהחלט, במשפחה הצעירה; בצפיפות שלה, ברגישות שלה ובהתנהלות. בעלות נסיון ונשות מקצוע התענוגו לחזור לימים הקסומים הללו ולשוחח עליהם. מוזמנות גם אתן להכנס לאווירה וללמוד כמה דברים על הדרך.

## הולכים הביתה

תחנה ראשונה - בית חולים. תחנה שניה - הביתה. כלומר, לבית הישן והטוב ההוא, בית אבא ואמא. וכי יש אפשרות אחרת? ביררנו אצל **גב' אתי רוזנצווייג, מאבחנת דיקטית ומנחת הורים בב"ב:**

**תינוק חדש נולד.** תינוק טרי במשפחה או אולי השני או השלישי והתחנה הטבעית הבאה היא הבית של סבא וסבתא. האם זה אכן טבעי ומתבקש כל כך? זאת האופציה הרצויה והמועדפת או שאולי כדאי אחרת? היא ענתה: "בעבר חיו כולם בשבטים משפחתיים. כך, כל אחד תמך ונתמך, למד ולימד, בלי קורסים, השתלמויות ומודעות. פשוט עשו. העשייה יצרה את התוכן, השייכות, הצורך, הקיום והחיים בעצמם. כיום, משתדלים, שכל משפחה תגור בביתה ותבנה את התא המשפחתי הייחודי לה. עם הגבולות, הגוון והמרקם הייחודי. אולם, הולדת תינוק חדש היא לרוב חוויה מאוד משמעותית ועוצמתית, מחלישה פיזית ומהווה הזדמנות להעצמה רגשית. הטלטלות אותן עוברת אשה צעירה רבות וסוערות, כך שנכון וטוב שתלווה אותה אמא - דמות שמהווה מודל של היקשרות, טיפול, סיוע ועזר לאם וילד."

א פ ש ר

לחלוק על כך, שבית ההורים מהווה את התשתית החזקה מכל לאמא הטרייה ובמידה ומערכת היחסים תקינה, טוב לאם הצעירה לחוות שוב את חוויית האם-ילד בו היא מתפקדת כילד, במקביל לאמהות החדשה."

**אז באילו מקרים כדאי ללכת לבית ההורים ומתי לא?**

"כללים במקרים של הורים וילדים הם לא הדבר שאני אוהבת ומאמינה בו. ככלל, אני לא אוהבת כללים... כל שכן כשמדובר בהורים צעירים. באופן טבעי, אם המשפחה הצעירה יצרה כבר לעצמה תא משפחתי חדש, אזי נהדר לטעום מחדש את טעם הבית המקורי ולשאוב ממנו כוחות, מודלים, אנרגיה ומשאבים לתקופה הרגישה הזו. כמה זמן? זו שוב סוגיה סופר אינדבדואלית. הפתיחות והתקשורת בין ההורים לילדים תסייע ליצור את מה שמתאים לכם ולא להחליט באופן שרירותי 'כי כך כתוב בספר'."

גם **גב' שרה כרמל, אחות ותיקה בתינוקייט 'בית החלמה ליולדות בטלז טטון'**, לא מתחברת לכללים נחרצים: "באופן כללי ברור לי שלא קל וכמעט בלתי אפשרי לאמא לתינוק חדש, בפרט כשהוא התינוק הראשון במשפחה, להגיע הביתה כשהתינוק בן ארבעים ושמונה שעות. עם זאת, אין פה ענין של 'נכון ולא נכון'. אם יש בבית ההורים תנאים לאירוח - אז יופי. אבל לא לכל אחד יש תנאים מתאימים בבית. אם אין - היולדת תהיה מוכרחה למצוא פתרונות אחרים. אין טעם להתארח בכח בבית שבו אמא עובדת משבע בבוקר עד ארבע אחר הצהריים או שאין בבית חדר מיותר."

**גב' איטה סגל, אחות לילה לתינוקות,** שפוגשת יולדות רבות בביתן או בבית ההורים, מוסיפה: "בכל מה שקשור לעזרה של הורים, צריך לקחת בחשבון ששום דבר לא מובן מאליו. בבתים בהם ביקרתי, תמיד ראיתי נתינה עם רוחב לב והרבה אהבה ותמיד התפעלתי. אלו אמהות לא צעירות, כבר גידלו את הילדים שלהן, יש להן הרבה עול על הכתפיים ועכשיו בוחרות להתמסר שוב. אם זה מתאפשר - זה מיוחד, אבל צריך לזכור שזאת לא חובה." על הרווחים של היולדת מתקופת האירוח הנפלאה והתומכת הזאת, כבר דיברנו. ובעצם - אין צורך לדבר הרבה וגם לא לשכנע...





מלוחות הרבה יותר.

"האמת?" מרשה לעצמה **שולמית, סבתא צעירה**, להניח יד על הלב ולהתוודות, בשם בדוי כמובן: "האמת, עם כל הרצון הטוב, עברה עלינו תקופה לא קלה. היולדת והתינוק עזבו ואני, לא נעים, באמת לא נעים, מרגישה כאילו הוצאתי את העז ואת הגדי גם יחד מן הבית... התקופה הזאת טלטה אותנו ואני מרגישה שיקח לי ולילדים בבית זמן להשתקם... בתי הגיעה לכאן אחרי הולדת בן שני, פינינו לה חדר, השתדלנו, אבל משהו היה מתוח באוויר. מצידי קרעתי את עצמי, התעליתי מעבר לכוחות, דרשתי גם מהילדים, שבתחילה היו מלאי נכונות ובהמשך קצת פחות והבת שלי? היו לה הרבה ציפיות ולא הצלחתי למלא את כולן. היא הודתה מאד, אבל למען האמת - עזבה ממורמרת. אני יודעת, וכואב לי".

אז מה באמת עושים כדי לא לשכפל את התיאור הזה? ברור שהדבר מסור בידיהם של כל הנוגעים.

**מצד האם-הסבתא, מה אוכל לעשות כדי למקסם את שהות היולדת בבית?**

### האם האמא-סבתא מרויחה גם היא משהו מאירוח היולדת והתינוק?

**גב' רוזנצווייג**, שנכון לימים אלו מארחת נכד חדש ומתוק בביתה, משתפכת: "זה אולי מתנשא, לא יפה, לא מתאים, אך האמת לא תגונה. מי שלא התנסתה - לא תוכל להבין... מעבר לחסד העצום ולמצות הכנסת אורחים שהורים זוכים בה בראש ובראשונה, זו חוויית התרחבות עילאית של חדר כושר ללב, המשכלל יכולות שעבדנו עליהן כמו הכלה, חמלה, מודעות עצמית, גמישות, גבולות, אהבה, תקשורת וכל ערך הקשור לקשר הורה-ילד. זו חוויה עצומה שקשה לכמת ולתאר במילים. אני נלהבת, פשוט כי אני חווה עכשיו את החוויה הזאת בדיוק..."

### אפשר כך ואפשר אחרת

התקופה הזאת אכן יכולה להיות קסומה. היא יכולה להעלות דמעות של התרגשות וגעגועים בעיניים עם הדפדוף באלבום; אבל יכולה גם, למצער, לעורר רגשות אחרים ולסחוט דמעות



# הזדמנות א-ח-ר-ו-נ-ה-!!!

## אנחנו עוברים ואתן מרויחות כל הפאות

הטבה מיוחדת  
לקוראות קראט  
10 הקונות הראשונות  
מקבלות עיצוב  
במתנה!

כל הפאות בכשרות  
הרב  
גרוס  
ע"א חש"ע

# עד 70% הנחה

זו אולי קומה צד אולי

רויאל קאסטם. רח'רבי עקיבא 80 קומה א', ב'ב | **03-5787-533**  
royalwigs.info@gmail.com | ש. פתיחה: א' ב' ד' 10:00-19:00, ג' ה' 10:00-16:00 יום 1 סוגר







ו. שאלי במה הם רוצים את עזרתך והציעי משימות שאת יכולה לעמוד בהן [אמבטיה לתינוק? גיהוץ? בישול מאכל מסוים?].  
 ז. אל תעשי הכל במקומם. אף פעם לא מומלץ להתמוטט.  
 ח. הגדירי את גבולותייך, קחי לעצמך זמן ותיהני מכל רגע. לחזור לחוות ימים ראשונים של תינוק קטן; להיות שוב אם קרובה לבת שכבר גדלה - הודו לה! התמלאי בדלק טהור של הנחת, שאפי אוויר צח של עשיה מרוממת ואל תראי בזכות דבר מובן מאליו.  
 ט. לאחר תקופת התאוששות ראשונית, שתפי את ההורים הצעירים במטלות בסיסיות, כמו החלפת כלי מיטה עבור עצמם והתינוק, אולי סיוע בקניות, סיפור לקטנים שבבית ובכלל, תקשורת פתוחה, כתמיד, רק תסייע.  
 י. אל תצפי שהבית יתנהל כרגיל. קבלי את השינוי כמו תקופת אירוסין/ערב פסח/תינוק חדש במשפחה. תיהני מהבלגן הטבעי. כעת, בשונה ממצבנו אחרי הולדת תינוק שלנו, יש לנו יותר כוחות פיזיים ונפשיים להכיל גם את הנחת. זה זמני וזה יעבור."

### לפעמים צריך לחשב את המחיר

"בחלק של הכביסות, הייתי נופלת", משחזרת בחיוך **זהבה, סבתא שמציעה כבר אירוח לנכדות היולדות.** "בישלתי בשפע, עזרתי עם הילדים, אבל לא השתלטתי על כמות הכביסות שהכפילה את עצמה. הבנות היו באות אלי אחרי לידה גם עם שלושה או ארבעה ילדים ואל תשכחו שלתינוק חדש צריכים לכבס כל הזמן ובנפרד איכשהו. לא ממש הצלחתי לעמוד בקצב, נעלמו לי פריטים כמו גרביים פה ושם והיו גם כאלו שנהרסו כשנכנסו מחוסר תשומת לב לתכנית לא מתאימה במכונה. אבל מה, אמרתי לבנות שלי, האירוח אצלי עולה כמה זוגות גרביים וחולצות. משתלם? תעשו את החשבון שלכן. לא מתאים לכן? בפעם הבאה אל תבואו... הן שילמו את מחיר הגרביים ובאו. מה את חושבת?"...

גם זהבה בעד תיאום. היא מתמקדת בחלקה של היולדת בהצלחת האירוח ובהרגשה הטובה: "אני אותה אמא עם אותה סבלנות. היו בנות שנהנו אצלי יותר והיו פחות. תלוי לגמרי בהן. ביקשתי מהבנות שלי להכין את עצמן מראש, להבין לאן הן באות, מה הן יכולות לקבל כאן ומה לא. כי אני חושבת שבאמת יש הבדלים גדולים בין בתים שונים ובין תקופות שונות וחייבים לקחת אותם בחשבון. אינו דומה בית של הורים מבוגרים שבו ארון הפינוקים כבר יצא מכלל שימוש, הקניות נעשות בצמצום, אין אכילות צעירות שילכו רק לרגע לקנות מטרנה, יירדו לגינה עם האח הגדול או יערסלו את התינוק, אבל לחילופין - הוא ריק ושקט ומלא זמן וסבלנות; לבין בית שוקק חיים מלא בילדים גדולים וקטנים, רועש ופעיל בכל שעות היום. אינו דומה גם בית הורים שקרוב מאד למוסדות הלימוד של הילדים, לבית שממוקם רחוק או בעיר אחרת וצריך 'לשבור את הראש' איך לשנע אותם. "הדוגמה שנתתי בענין הכביסות, היא רק דוגמה כמובן. כל יולדת

**גב' רוזנצווייג:** "זו סוגיה של חבל דק. ושוב, מה שטוב לשולמית יכול להיות גרוע לרייזי. בכל זאת, אני יכולה להתוות עקרונות כלליים:  
 א. להקשיב למשפחה החדשה ולהרגיש אותה.  
 ב. לא ללכת על ביצים ולהשתיק את כל הבית. זה אולי פרדוקס ונשמע הפוך מהמצופה, אך בביתנו מלא הילדים-עבודה-מטלות ברוך ה', לא נוכל לארח אם המאמץ יהיה גדול עלינו בכמה מידות. עלינו להתנהל באופן מותאם גם לעצמנו ולכלל הנפשות הפועלות.  
 ג. אל תשלטי על התינוק. הוא של הוריו. תני להם את המנדט, הקרדיט, שיפתחו את האינטואיציה ויתחילו ללמוד את התינוק אצלך. כך את מכשירה אותם לחיים ומאפשרת להם צמיחה ממקום בריא ולא נחיתה או התרסקות במעבר הביתה.  
 ד. אפשרי להם פרטיות ומרחב גם אם הבית לא גדול, כמו אצל רובנו.  
 ה. המשיכי בשיגרת יומך, לצד 'מתיחת זמנים' לטובת המשפחה החדשה.

### כל השאר כבר בונס

מה באמת היא חייבת, היולדת המתארכת, כתנאים מינימאליים ומה כבר מעבר? תשמעו:

**גב' איטה סגל:** "חשוב מאד שיהיה בבית אוכל מבושל ומזין שמעמיד על הרגליים, חדר פרטי ושקט בסיסי. מעבר לזה - הכל כבר בונסים. אם רוצים לפנק, אפשר להכין לקראת בואם מגש או שולחן מעוצב עם דברים נחמדים לתינוק כמו סבון לתינוק, שמן תינוקות, בגדון חמוד. זה נותן הרגשה טובה שמישהו חיכה והתכוון לבואנו."

**גב' שרה כרמלי:** "יולדת צריכה פרטיות ונקיון, היא זקוקה לאוכל וגם למישהו שתוכל לפנות אליו עם שאלות ולקבל מענה לקשיים, בפרט בילד ראשון כשהכל חדש ואחר. כשאני מדברת על אוכל, אני מתכוונת פשוט לזה... לא לאוכל של מסעדה אלא לאוכל ביתי ובריא. לא צריך שום דבר מעבר לדברים הרגילים, אבל צריך שיהיה תמיד משהו ובשפע. היא הרי לא תגיע למטבח בעצמה לחתוך לה סלט. בכל בית יש את הדברים הטובים שלו, שיכולים לחכות בסיר ליולדת. אני תמיד אומרת 'נתת מתנה ליולדת - זה נחמד לה. נתת לה צלחת של פירות ואגוזים - עשית לה טוב'. האם זה הכרחי לפנק אותה גם בממתקים? אולי כן..."

"כמובן שכל דבר מעבר יוסיף לה רק בריאות. אפשר לפנק אותה בכורסה נוחה, בעזרה עם התינוק ובחדר מקושט ונעים."

**גב' אתי רוזנצווייג:** "כל יולדת והצרכים שלה. אך התאוששות פיזית ונפשית בימים הראשונים, משמעותית במיוחד. אוכל בריא ומזין, אישור שהיא אם נהדרת, תמיכה רגשית, מקום לפרוק בו את רגשותיה, שקט וסבלנות - הם תנאי הסף הידועים והבסיסיים.  
 "אם את רוצה לתת מעבר לזה, אפשרי למשפחה הצעירה להיות בצוותא, יחיד מאכלים טעימים, כביסות מריחות ומה שאת יודעת שיכול לטפח את בתך, שנהפכה לה כך פתאום לאם."





## כל מה שצריך ל'בייבי' שלנו

הנה, הנכד הפיצפון והחדש כבר בדרך לכאן ואת, סבתא מאושרת, שפותחת לו דלת, מציעה סדינים בעריסה ומקשטת אותה בסרט.

את מוצאת את עצמך מסתובבת נרגשת בבית, סופרת את הרגעים בצפייה וגם במתח, מתבוננת סביב ושואלת - מה עוד צריך שיהיה כאן לפני שהם מגיעים?

חברת 'אריסטוקרט', הידועה כחברה ותיקה ביותר שלה נסיון של קרוב ל-20 שנה בתחום אביזרי התינוקות, עוזרת לנו להרכיב את רשימת הקניות ההכרחית עבור אירוח יולדת ותינוק.

"ראשית", ממליצים מומחי 'אריסטוקרט', "על מנת למנוע הוצאה כספית מיותרת, כדאי לבדוק עוד לפני הרכישה האם היולדת כבר קיבלה פריטים שונים בערכות הלידה המחולקות בבית החולים או בבתי החלמה השונים. על אלו ניתן לדלג".

### רשימת הקניות שהרכיבו עבורנו ב'אריסטוקרט' כוללת:

- תחליף חלב לתינוקות - מומלץ לרכוש חבילה של מארזים אישיים קטנים ולא קופסה גדולה, שתוקפה פג במהירות. המארזים הקטנים חסכוניים ונוחים יותר בגיל הקטן.
- בקבוק רחב קטן. חשוב מאד להקפיד, שהבקבוק של העולל יהיה רחב מחד וקטן מאידך, כך שלא יכיל יותר מ-150 מ"ל. בבקבוק גדול עלולות להכנס לקיבתו של התינוק בועות אוויר, הגורמות לכאבי בטן עזים ומטרידים - 'קוליק'. מומלץ לחפש פיטמה האהובה על תינוקות רכים. כגון פיטמת JV הידועה בעולם כפיטמה נוחה, האהובה ובטוחה.
- המשתיק הלאומי - מוצץ. יש לשים לב, שהמוצץ יהיה מותאם לרוך נולד בגודלו, בצורתו ובפיטמתו. מוצץ ייעודי לגיל זה תמיד טוב יותר. פיטמת המוצץ המוצלחת ביותר בגיל זה היא, פיטמת סיליקון סימטרית קטנה וחלקה. תמיד עדיף לרכוש שני מוצצים - כיון שלמשתיקי הקול הללו ישנה נטיה מסתורית להעלם בדיוק כאשר זקוקים להם נואשות...
- מחזיק מוצץ - נכון, זהו אינו פריט חובה, אך אמהות מנוסות ויודעות-דבר ודאי ימליצו עליו מאד כבר מהתחלה. מחזיק המוצץ גואל אותנו מחיפושים נואשים בשעות לא שעות כתוצאה מהיעלמות הפריט הקטן וההכרחי. מחזיקי המוצצים שאינם עומדים בתווי תקן, עלולים להכיל חלקים זעירים מתפרקים, חוטים ארוכים וסיבים, המסכנים את שלומו של התינוק. אי לכך, חשוב לרכוש מחזיק נוח לשימוש, של חברה מוכרת, העומדת בתקנים בינלאומיים מחמירים בכל הנוגע לבטיחות המוצר.
- צמרונים אוזניים לתינוקות - חשובים מאד להגיינה אישית של התינוק בימיו הראשונים. מומלץ לרכוש צמרונים ייעודיים לתינוקות.
- אלכוהול - פריט הכרחי לתינוק קטן. אם אין בקבוק כזה בארון - יש לרכוש.
- משחה לתינוק
- סבון עדין לתינוקות
- טיטולים - ניו בורן
- מגבונים לחים עדינים היפו אלרגנים.
- וכמובן, הפריט החשוב ביותר, אותו לא ניתן למצוא בשום חנות, הוא - חיבוק גדול ונשיקה סבתאית עסיסית...

צריכה לעשות את השיקול שלה - מה היא מרוויחה מהאירוח ומה היא משלמת. קשה לך שדופקים בדלת כל הזמן ומפריעים לך לישון? זה המצב. שקללי את הרווחים שלך מול ההפסד הזה וקבלי החלטה. נכון, יש גם יולדות שמרוויחות פחות בתקופת ההחלמה אצל ההורים, אני מודעת לזה ומעריכה. בהחלט יש מצב כזה שיוולדת מתארכת בביתם של הורים מבוגרים שכבר לא יכולים לתת הרבה, אבל היא באה כאות תודה והערכה על השנים בהן קיבלה כל כך הרבה. גם אם אמא כבר לא מסוגלת לעזור הרבה - הנחת המרגשת הזאת באירוח קצר - בהחלט מגיעה לה. במקרה כזה או בכל מקרה בו הדברים לא מתנהלים כמצופה, כשאמא לפתע לא מרגישה טוב, למשל, חשוב לתת לה הרגשה טובה ולא להתהלך בתחושה של 'בשביל מה באתי לפה בכלל?' ביקשנו גם מגב' רוזנצווייג לפנות אל הצד הזה ולהנחות את האם הצעירה:

### מה עלי לשים לב בתקופת השהות שלנו, על מנת שיהנו במחיצתנו ולא יחכו לרגע שבו נעזוב?

"אין ספק שנדרשת כאן רגישות ואשרי מי שמחדדת את הרגישות הזאת. אל תצפי שיכינו ויעשו בשבילך כל העת, הודי במילים ברורות וגלויות, השאיירי דרישות שלום מתוקות, אל תגני על הפרטיות שלכם יותר מדי. פרטיות? יש בבית! גם התינוק הוא לא קדוש... אל תמדרי אותו מבני המשפחה, תני לכולם ליהנות ממנו. השתדלי לארגן אחריו ולא להשאיר פוגרום, כי 'המשפחה המלכותית אכלה ארוחת ערב'. פינקו אתכם? הכינו לכם? עכשיו גייסי כח לארגן ולהחזיר למקום. באף בית משלנו אין גמדים. כשיש יותר כוחות, ניתן לסייע עם קיפול כביסות, משחק עם האחים הצעירים ובעיקר פתיחת עיניים ולב להיות רגישים למתרחש".

### ומה לגבי האחים והאחיות הצעירים שבבית?

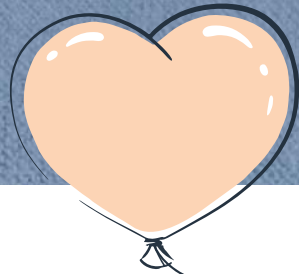
"שימי לב לשתף אותם, לאפשר להם, להתייחס אליהם. נכון, זה נשמע טבעי שהם יפנו את החדר שלהם ועדיין הם ראויים לקבלת תודה. אגב, עבור הילדים בבית, בעיני זאת תקופה חינוכית - לצאת מתוך הרגלים, לפתח גמישות, פתרון בעיות [שכחתי את החולצה בחדר. מה עושים??] וגם יחס טוב עם האחיות הגדולה שכבר עזבה את הבית, רגישות, שיתוף ותקשורת".

**גב' דינה וייס, סבתא מבורכת,** מצביעה על צד שלישי בתמונה - המבקר: "מבקרות יקרות, שימו לב", היא קוראת לחברות-גיסות-שכנות של היולדת מעל במה זאת. "אם לא היה לכן נוח להגיע לבקר בבית החולים והגעתן לבית הסבא והסבתא, שימו לב לשינוי הסטטוס. באתן לבית פעיל זה כולל המון.

היו בטוחות שהשעה מתאימה ונוחה, תאמו אותה מול אמא של היולדת, בבקשה. אין שום טעם לקנות בדרך חתיכה של עוגת קרם-שניט אישית ליולדת המפונקת. הגעתן לבית משפחה וזה יעלה לכן עוד כמה שקלים... שימו לב שיש מארכת בבית הזה וגם ילדים







קטנים. אל תיצרו מצב כזה בו עומד אחיה של היולדת ומביט בעיניים כלות על המתנות שמקבל האחין, כמעט בגילו".

בכלל, יתכן ויש לשקול מחדש את כל נושא האירוחים בבית הוריה של היולדת. יש ביקורים הכרחיים של חמות וגיסות, אך מעבר לזה - אולי כדאי לחכות עוד שבוע-שבועיים ולארח חברות בבית הפרטי. שימו לב שנוסף כאן תפקיד חדש לאמא העמוסה - לנקות את הבית לאורחים, להיות נחמדה אליהם ולהגיש גם כיבוד... אולי כדאי היה לחסוך לה את כל זה?"

### מה התוכניות?

כל כך מהר עברו השבועיים-שלושה הראשונים הללו, שאולי התארכו גם לחודש. נכון, זאת באמת תקופה חלומית במיוחד שמגיעה מהר מדי אל הקץ, אבל צריך לשים לב שהסוף הגיע. לא יאומן באיזה מצב הגענו ובאיזה מצב אנחנו יוצאות... מרגש!

לגבי תאריך הפרידה, חשוב לדבר עם אמא ואולי אפילו לקבוע מראש תאריך. לאמא לא נעים לגרש ואפילו לא לשאול. אבל היא בהחלט היתה רוצה לדעת מה התוכניות...

### איך נביע את הכרת הטובה כלפי ההורים ויתר בני המשפחה?

**גב' רוזנצווייג מכוונת:** "הורים לא מצפים למתנה גרנדיוזית, אבל אני חייבת לציין שהבת שלי הפתיעה עם מתנה עוד לפני שהגיעה אלי ומכתב שכשאיני נזכרת בו אני דומעת. זה בהחלט נתן לי הרבה כח. באותה נשימה, אני מתביישת להזכר שכשאני הייתי יולדת צעירה והייתי בבית הורי, ראיתי זאת כמובן מאליו והרגשתי שאני עושה טובה לאנשות שאני מגיעה עם יורשת העצר הצעירה והעולם צריך לעמוד דום - כי הגענו.

"היום זה נורא בעיני."

"הכפרה היתה בהולדת בני הצעיר, כשעברנו דירה בדיוק כשילדתי ולא היה לי לאן לחזור ונאלצתי בגילי המופלג ללכת שוב לבית הורי. זו היתה חוויה מרגשת ועוצמתית במיוחד. לראות את ההורים שלי מנקודת מבט אחרת לחלוטין של אם מתבגרת שכבר ראתה דבר או שניים, להעריך ולהודות על כל דבר ובצדק וכמובן קנינו מתנה ערכית, שימושית ויקרה, ממש כמו שהגיע להם לאחר תקופה ארוכה שהם סייעו לנו. אם נחזור לזוגות הצעירים, מכתב מפורט ויפה, תשומת לב אישית לכל אחד מהנפשות הפועלות ומתנה לבית או להורים - יתנו תחושה של הכרת הטוב וחינוך גם למשפחה הצעירה."

אז תודה לאמא יקרה שלי, מקור ההשראה. מוקדש לה. מוקדש גם לכן, אמהות בישראל, שלעולם לא חדלות להיות אמהות. נולדות מחדש עם כל נכד ונכדה זעירים, פותחות שוב את הלב, לתת.

### לגעת בחלום

רק אמא יודעת מה התינוק שלה צריך. מאחורי מגוון המוצרים מבית 'בייבי דרימס' עומדות אמהות חמות, שמנהלות ביד רמה את המותג שכבש את השוק - הן דואגות לספק את צרכי התינוק ואת חלומותיו (וחלומותיהן...) עוד לפני שמתחיל לחלום עליהם.

### חלום של חורף

הקור מניס את האם והעולל הביתה - וגם שם קר. האם חסרת אונים למול הקור הגדול והתינוק הרגיש. בייבי דרימס לא ישנים! מגוון מוצרי חורף חלומיים, העונים אף על צרכי תינוקות קטנטנים, מחכים לכן בחנויות, החל מחליפות סריג, כעת בדגמים חדשים ממש, המשך בחליפות ברית, מעילים, כובעים, שמיות ועוד.

בייבי דרימס לא מייצרים כובעים רק בשביל הפונפון שיתלה בראשו, אלא שמים דגש על גיזרה שתכסה את ראשו של הפעוט לחלוטין, גם את בן היומיים כשיוצא מבית החולים. על הדרך דואגים גם לאסתטיקה וליופי.

### חלום של עגלה



העגלה נראית בלויה משימוש ולא מתאימה ועגלה חדשה לא בתקציב? מגוון ממוצריה של חברת בייבי דרימס יהפכו את העגלה לחדשה, התקציב יעמוד בדרישות ולא רק בחלומות... בייבי דרימס תמצאו מזרנים בצבעים

טרנדיים, כמו צבע מלנג', התואמים את מרב העגלות המתגלגלות בשוק וכן מגיני ידיות שישמרו על העגלה כחדשה ויחדשו אותה כשתתבלה.

החברה יצאה כעת בשורה חדשה: כמענה לצורך של הקהל בתיקים פרקטיים, איכותיים, בעלי עיצוב מוקפד - צרפה החברה את כל הדרישות ויצאה עם התיקים שכעת בחנויות - כובשים את השוק! בייבי דרימס רואים היטב שהאמהות בעלות טעם אנין ומזהות איכות, עובדה שהמלאי הולך ואוזל.

### חלום של מוצץ

שוב החלום נקטע בבכי החלומי... והמוצץ? אין! מחזיקי מוצץ בדגמים חלומיים מחכים לכן בין מוצריה של חברת בייבי דרימס. המחזיקים ישמרו על נגישותו של המוצץ וישדרגו כל מוצץ שהוא החביב על התינוק (גם אם הוא לא חדשני במיוחד...). המחזיקים במגוון סגנונות וכעת אף בדגמים חדשים!

השרות המהיר של החברה ידוע לכל ועל אף גודלה היום והיותה משווקת בארץ ובאירופה, נענים באופן מיוחד לכל לקוח ולקוח. לא פלא שהמותג מבוקש היום מאוד בקרב הלקוחות ובעלי החנויות.

אמא לתינוק טרי? מחפשות מתנה לאמא טריה? מישהו חלם בשבילכן את החלומות - בוואו רק להגשים אותם...

**שירה מ.**





**חזו"א 83' ב"ב**  
**א'-ד' 20:30-22:30**

מצעי ברוקד | חלוקים | כותנות | מטפחות | כיסויי ספה | כיסויי מיטה | שמיכות | כריות | מגבות | מגיני מזרון | מצעים ברוחב 70/80 ס"מ

**ח' אדר א' נפתחת סדרת חורף אחרונה!**  
 נצלו את ההזדמנות האחרונה לחנותנו!

**חוששים מסכרת? תהנו מאיזון!**

**ר. האס מנהלת מרכז איזון מציגה את השיטה היחידה לאיזון ומניעת סכרת בקלות!**

מאות נשים ניסו במשך שנים רבות להגיע לאיזון סכרת באמצעות תרופות וגישות שונות וללא הצלחה, אך במרכז איזון, ע"י תזונה בלבד! הן הצליחו לעשות זאת בהנאה, בטיחות ומהירות. בואי תראי כמה זה פשוט, כמה זה משיביע, וכמה זה מאזן.

**איזון** מרכז  
**07-222-454-90**  
 לגברים < שלוחה < 1 לנשים < שלוחה < 2  
 איזון סכרת מדיק ומדיר דרך תזונה אישית | סדנאות | הרצאות | קבוצת שיתוף



המשך יום טעים

**הבשורה של גרנולה**

'גרנולה': ארוחת בוקר אמריקאית עד הבית - ככה מטפחים היום "תארו לעצמכן שישנן עוד דרכים לתת כח לילדת", משתפת גב' ליבי וייס, שחזרה לביתה, עם התינוק הזעיר שלה, אחרי שבוע. "הבוקר, אחרי הלילה הלבן, פגש אותי מרוטה, רעבה ודי מתוסכלת. ניסיתי לפתוח את המקרר, לאתר בו איזו גבינה שכוחה, אבל אז הפתיעו אותי הדפיקות על הדלת. פתחתי אותה ושפשפתי עיניים. אמא שלי הפתיעה אותי עם 'גרנולה' ותאמינו לי, מעודי לא היתה לי הפתעה נפלאה כזאת. בסלסלת מתנה מעוצבת, המתינה ארוחת בוקר מושלמת ומריחה לי ולאבא של התינוק הקטן, בסטייל של 'גרנולה'.

"היו שם בייג'ל'ס - טריים ועסיסיים, סלט חסה עשיר, סלט ביצים, סלט טונה וגבינת שמנת אמריקאית משובחת. לקינוח המתינו בלינצ'עס גבינה נימוחים, עוגת גבינה מעולה, אייס קפה וגולת הכותרת - זוג צנצנות יוגורט גרנולה משובח. לא אשכח את ארוחת הבוקר הטעימה הזאת. היא נתנה לי כח לשבוע לפחות".

"פעם הייתי 'שוברת את הראש' בסוגיית 'מה לקנות לחברה או לשכנה יולדת', מספרת לאה, מן הצד הנותן. "היום אני יודעת, שהתשובה במילה אחת היא 'גרנולה'. מה יכול להיות יותר מקסים ממשלוח ארוחת בוקר יוקרתית וטעימה, שארוזה כמו מתנה לכל דבר? כשאני מרימה טלפון ומזמינה ארוחה כזאת, אני יכולה להיות בטוחה שאני נותנת מוצר מעולה ומשמח באמת. לאחרונה, ביום עמוס אחד, החלטתי להעניק משהו גם לעצמי. הרמתי טלפון והזמנתי לי ארוחת 'גרנולה'... תשמעו, אחרי שטעמתי, הבנתי על מה כולן מדברות..."

"החוצניקים מכירים כבר את המוצר הזה", מספרת גב' פריידי לבל מ'גרנולה' על מה שעומד מאחורי. "מדובר במוצר קיים ומבוקש מאד בחו"ל. אנחנו הבאנו את הבשורה לכאן - לארץ, כדי לאפשר לציבור לתת ולקבל ארוחת בוקר יוקרתית בפורמט של מתנה. את הארוחות ניתן להזמין במארזים לבודדים, לשניים, לחמישה, שמונה או עשרה סועדים. מעבר לזה ניתן לרכוש מארזים מעוצבים, בהם צנצנות יוגורט ובלינצ'עס או עוגת גבינה שמנתית משובחת ואייס קפה. אחת ההפתעות הגדולות שלנו לאחר השקת המוצר היתה, לגלות כמה אנשים ומשפחות מזמינים אותו פשוט - לעצמם. רבים כמוכן הפתיעו את קרוביהם ומכריהם לרגל אירועים וציוני דרך שונים. שמחנו לראות שהציבור מבין את ערך המוצר ורואה בו מתנה לכל דבר. אנחנו מקבלים שפע תודות ותגובות נלהבות, שכשכולם מציינים את הגרנולה המדהימה כמוצר הדגל. לא לחינם קראנו לעסק כולו על שמה..."

