



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



חדשון הסורופטימיסטיות מספר 84

תוכן הענינים:

מהנעשה ברמת האגוד דפים 2-9-

דבר הנשיאה

פעילות הנשיאה –

כנס שנתי - תרגום מטרות ויעדי הפדרציה לעברית

נושאי מגדר –

האשה העצמאית

תגובות לכנס יום האשה הבינלאומית בנהריה

פינת הפייסבוק

מדוע יש מעט נשים במעמד מנהיגות

יום האשה הבינלאומית בהודו

סכנה בקוביות קרח במסעדות

קדיום אוכל בריא באמצעות גינות פרטיות

מהנעשה ברמת הארגון העולמי דפים 9-17

קידום תכניות לבנות בפקיסטן – באמצעות האינטרנט

הזמנה לסוף שבוע של ידידות בבודפשט – 26-28.4.13

הזמנה לחגיגות יובל בקייב אוקראינה 13-17.9.13

מהנעשה במועדונים דפים 18-20

מועדון הנגב – ביקור של מתאמת התכניות חוה שורני

ברכות לנכדה החדשה אתי גזית

מועדון נתניה – הכונו ליום הבריאות הבינלאומית ב-1.5.2013

מועדון רחובות – גיוס תרומות לפרויקט המעון הרב תכליתי

חלק ב' – בריאות 20-25, וכל השאר 26-31



דבר הנשיאה
 רגע לפני שבת

שלום חברות – זאת ההודעה שלי לסוף שבוע זה, במקום מחר

קודם כל צריך לשלוח איחולי החלמה מהירה לבעל של טובה בנגר ממועדון חופית וסגנית שלישית שלי. הוא נמצא בתל השומר ולמזלה יש להם בן הגר לא רחוק משם.

אחר כך צריך להגיד שיותר חברות ההנהלה הצביעו עבור הלעאת מיסים של 60 ש"ח אף שהיו שהצביעו עבור 30 ש"ח – צריך להודות שיש נשים עבורן יש קושי לעלות את המיסים.

אני מקווה שחברתינו אילנה ואנו תנסח מסמך המסביר יפה כמו שהיא עשתה בישיבת המועצה למה אנחנו מעלות את המיסים ומה אנחנו מקבלות עבור המיסים...

ועכשיו החדשות המרגשות: אני שולחת לכן את הלינק לאתר שלנו כמו שהוא כרגע בעברית בלבד – אל דאגה זאת רק ההתחלה – אני לומדת להכניס דברים ולאחר מכן נציגה של כל מועדון תלמד להכניס פריטים מהמועדון שלה.

אני הייתי שמחה לתת את המשימה שלי לאישה אחרת עם יותר קישורים בעבודה מול המחשב – בשבילי זאת מסימה קשה אבל אעשה כל מה שנדרש ואני אמשיך אם אין אחרת...ובינתיים אני מבקשת מנציגה אחת מכל מועדון לשלוח לי תמונה אחת של המועדון לשער המועדון ותמונה אחת עבור אזור הגלריות אם רוצות, עם כמה מילות הסבר.

[/http://www.vevo.co.il/clients/sorop](http://www.vevo.co.il/clients/sorop)

ועכשיו צריך להתפלל ליותר ימי גשם, זה לא עסק!!!

כל טוב לכולן
 באהבה
 יהודית

מטרות ויעדים לכנס השנתי – תרגום לעברית של הדף באנגלית
מועדון רחובות מחכה לתוצאות הדיונים במועדונים

יעדי התכנית	מטרה ראשונה: תכנית
1. להגדיל אפשרויות הקבלה למסגרות לימודיות פורמאליות ולא פורמליות	הארגון יקדם וישפר את חיהן ומעמדן של נשים ונערות באמצעות חינוך, העצמה וקידום הזדמנויות
2. לשפר את האפשרויות הכניסה להעצמה כלכלית והזדמנויות להעסקת נשים ברות קיימא	
3. למנוע אלימות נגד נשים ונערות ולהבטיח השתתפותן במיגור קונפליקטים	
4. להבטיח בטחון תזונתי לנשים ונערות ורמת טיפול בריאותי גאות	
5. להתייחס לצרכי נשים ונערות הקשורים לשיפור איכות הסביבה ומניעת התוצאות השליליות של שינויים ואסונות במזג האוויר	



<ol style="list-style-type: none"> 1. לתרום למטרות של התפתחות המילניום של האו"ם ושל ארגונים אחרים (CoE) כמסגרות פעילות 2. להבטיח נוכחות משמעותית של חברות הארגון כ"קול עולמי לנשים" בקהילות שלהן, לעודד אותן לפעול כנציגות בעלות השפעה בקרב הממסד ומתווי המדינות – בכל הרמות. 3. להגדיל את ההשתתפות והתרומה לאו"ם, CoE, FAQ, ECOSOC וארגונים אירופאיים אחרים. 	<p>מטרה שניה: סינגור הארגון יהווה ה"קול" של נשים ונערות ומסגור בכל הרמות כדי לאפשר כניסתן למסגרות חינוכיות ועמדות הנהגה.</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. לפתח שותפויות ופעילויות שיעלו את קרנו של הארגון ברמה הבינלאומית. 2. לפתח כלים תקשורתיים שיעצימו את התפקיד והפעילות של הארגון כלפי פנים וכלפי חוץ 3. להבטיח את שמם הטוב של נציגות הארגון ברמת מועדונים ואגודים 4. לפתח שותפויות עם ארגונים וקהילות 5. לעודד הופעות פומביות של החברות כדי להבטיח מידע על פעילות הארגון 	<p>מטרה שלישית: תקשורת הארגון יוכר כארגון הפועל במטרה לעזור לנשים ונערות להשיג את העצמה הכלכלית ומעמדית להן הן ראויות</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. להגדיל את מספר החברות בכל הרמות 2. לשפר את הרווחים של החברות כדי להגביר את מחויבויותיהן ונאמנותן לארגון 3. להגביר את שביעות הרצון של החברות מההתנסות כחברות הארגון 4. ליצור דרכים חדשות כדי לעניין נשים להשתלב בארגון 	<p>מטרה רביעית: פיתוח ארגוני/הרחבה הארגון יתפתח לארגון חי של אגודים ומועדנים יחידים שחברותיהן תהיינה מחויבות לחזון והמשימות של הארגון</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. לשפר את יכולת קבלת החלטות והתארגנות ממסדית 2. לפתח כישורי מנהיגות בכל הרמות 3. לקיים תקשורת יעילה ושתוף פעולה בין חברי ההנהלה והמשרד הראשי כדי לשפר את הדיאלוג עם הפדרציות, האגודים והמועדנים יחידים כולל עם SI 4. לפתח אסטרטגיה המבטיחה הכרת זרמים גלובלים שיכולים להשפיע על תכניות, סינגור או הרחבה 5. לפתח ולקיים אסטרטגיה תכנון כלכלי ופיקוח 	<p>מטרה חמישית: מנהיגות אסטרטגית הארגון יפתח בכל רמותיו מנהיגות דינאמית ופרואקטיבית שמאפשרת לה להשיג תוצאות ולהבטיח שהחזון ימומש</p>

נושאי מגדר- מגילת החירות הפרטית שלי:

הריני מוותרת בזאת על המאבק הסיזיפי, חסר התועלת, מורט העצבים, של שאיפה לבית מצוחצח ומבריק בכל רגע נתון, למקרה שמישהו יבוא. כי זה לא מצליח לי. מעכשיו אני אסדר רק לקראת בוא האורחים. לא דקה קודם. כי מחיר העבדות כבד מדי. ואל תבואו בלי לצלצל, כי אני לא אפתח.

הריני מוותרת בזאת על המרוץ המשעבד של להיות מתוקתקת לפי צו האופנה האחרונה. צר, רחב, גבוה, נמוך, עד הברך, אחרי הברך. התייאשתי. בעיקר אחרי כמה פעמים שכל כך התאמצתי, שבסוף נראיתי כמו בדיחה. זהו, אני משתחררת. אני לובשת מעכשיו רק מה שמחמיא לי. מצידי שירעבו המעצבים.



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



הריני מוותרת בזאת על כל הנעליים הלא נוחות.

זהו, חברות יקרות מאוד שלי, אנחנו נפרדות. אני יורדת. אני חוזרת לגובה נורמלי, לאפשרות לרוץ אם אני מאחרת, לרקוד אם אני מאושרת, ולהסתובב לעשות סידורים בנחת, בלי לחלום על לחזור כבר הביתה ולהוריד אתכן מעלי.

הריני מוותרת בזאת על החלום של בטן שטוחה כמו מראה, וירכיים רזות כמו זוג קביים.

זה לא יקרה. אני אחטא באכילת יותר מדי מתוק מדי פעם, באכילת המבורגר בשעה מאוחרת מדי, ולעיתים גם אקנח עם צ'יפס. אחר כך אני אלך למכון כושר, זה עונש שאני מוכנה לקבל, אבל אני לא אתייסר עד עמקי נשמת. כי אף קמפיין לא מחכה לי, ואף רוברטו לא יצעק עלי, ובעיקר כי מותר לי. גדלתי.

הריני מוותרת בזאת על זה שכולם יחשבו שאני נפלאה.

כי אני לא. אני בסדר, די נחמדה, מוכנה לעזור, אבל עד גבול מסוים. וכשאני חוצה את הגבול הזה, ומשתדלת יותר מדי, ונותנת יותר מדי, אני בסוף מתרגזת. מתרגזת לגלות שמקבלים את זה כמובן מאליו. ואז אני ממש מגעילה. חבל. מעכשיו אני נותנת רק כמה שבא לי.

הריני מוותרת בזאת על היותי זמינה בכל רגע,

לכל מצוקה ולכל שיחת נפש, בעיקר כי אתם אף פעם לא שואלים אם אני יכולה לדבר עכשיו. מעכשיו אני מסננת. תשאירו הודעה. מבטיחה לחזור. וזה לא אישי, אני פשוט לא יכולה לדבר עכשיו. ואני אקבל את זה שתעשו לי בדיוק אותו דבר.

הריני מוותרת בזאת לעצמי על היותי אם השנה.

כי גם את זה אני לא מצליחה לעשות. תמיד יהיו אמהות שיש להן יותר מרץ להרפתקאות, שהן יותר סבלניות, יותר מעורבות, יותר מבינות, שיודעות יותר להציב גבולות, שיותר מפנקות, ושהן בכלל יותר מוצלחות. אבל אף אחת, ילדי היקרים, לא תאהב אתכם כמוני, וכשצריך, אני אוריד את הירח בשבילכם גם באמצע היום. אבל אני לא יכולה לעשות את זה כל רגע וכל דקה. סליחה.

הריני מוותרת בזאת לעצמי על הייסורים. הייסורים שבאים בעקבות זה שאני לא מצליחה להיות כל

הזמן מצוינת ומצטיינת, מתוקתקת ומסודרת, מדייקת ומחייכת כל הזמן.

כי אני בין כה לא מצליחה להיות כזאת. אני סתם נקרעת, ובסוף אני נורא עצבנית וכעושה, בעיקר על עצמי.

נראה לי שאם אשתדל קצת פחות יצליח לי הרבה יותר, וכולם ירוויחו. ובעיקר אני.

תחי החירות.

כבר יותר טוב לי.

חמישה דברים שזכותנו להגיד :

1. לא מסתדר לי.

2. לא מצליח לי.

3. לא בא לי.

4. לא מתחשק לי.

5. לא.

המלצתי: להדפיס לתלות על דלת המקרר ולשנן יום-יום.....!!!!

'כשהנשמה מאירה, גם שמיים עוטי ערפל מפיקים אור' יום קסום לכולנו.



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



כנס יום האשה הבינלאומית בנהריה



נשים פורצות דרך, מובילות שינויי. פאנל נשים, לכבוד יום האשה הבינלאומי, 12-03-2013

תגובות החברות

ביום שני בערב הזמנתי ע"י חברת ילדות שלי שמתגוררת בעירי, לכנס לכבוד יום האשה הכנס אורגן ע"י מועדון הסורופטימיסטיות בעירי.

סורופטימיסט הוא ארגון נשים בינלאומי התנדבותי של בעלות מקצוע ונשות עסקים המשמש כמשקיף באו"ם.

מטרותיו העיקריות של הארגון הם קידום מעמד האישה בעולם ומאבק למען זכויות אדם.

הארגון הוקם ב-1921 בארצות הברית, באוקלנד שבקליפורניה. מועדונים שונים שלו התפרשו במהרה ברחבי צפון אמריקה ובאירופה. כיום קיימים כ-3,000 מועדונים שונים ברחבי העולם. המועדונים השונים מאורגנים ב-4 פדרציות שונות תחת ארגון גג אחד שמרכזו בקיימברידג' שבבריטניה. בישראל קיימים 12 מועדונים של הארגון אשר שייכים לפדרציה האירופית.

הערב התחיל בפגישת הנשים מכל רחבי הארץ: טבעון, רחובות, ראשון לציון ועוד. ארוחת ערב (טעימה), ולאחר מכן עלו לקדמת האולם שלוש נשים שהוזמנו לספר על עצמם ופועלן במשך השנים.

האשה הראשונה הינה בעלת תואר דוקטור לביולוגיה, שחלתה בילדותה הרחוקה במחלת הפוליו,

ולא ויתרה לעצמה במשך כל הדרך. לאחר 36 שנות עבודה במקצוע בבית החולים פרשה לטובת החיים הציבוריים בעיריה. אחד מההשגים שלה שהיא חברה בעמותה לנגישות בין השאר. התחשבות באנשים עם מוגבלויות בנושא זה. היא ספרה שבזכות הוריה שלא ויתרו למדה כל השנים במסגרת לימודים רגילה! לצבא לא הסכימו לקבל אותה, וכך המשיכה את לימודיה עד להשגת התואר. כיום היא פעילה במסגרת עמותת אתגרים, השטת יאכטות ועוד.

האשה השניה אתיופית במוצאה, שעלתה בגל 7 לארץ, אחרי דרך רצופה במכשולים. היא ספרה על עבודה כעובדת סוציאלית. על החלטות קשות שעליה להחליט לפעמים, מבלי להתייחס שהיא בעמצה אשה, אם ובת העדה שהיא מטפלת בה.



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



האשה השלישית אשה פעלתנית בתחומים רבים. עזבה את המרכז לטובת מצפה בגליל, עבדה שנים רבות בתפקידי מפתח בבנק, ולאחרונה הגישה מועמדות למועצה המקומית, למרות שלא הצליחה בזה קבלה זאת ברוח טובה, והיא יודעת שסללה את הדרך לנשים אחרות.

אני מצדיעה לשלוש הנשים האלה.



כולן נשים בעלות משפחה וילדים, לצד קריירה ענפה, מאתגרת, מעניינת ומועילה. הערב היה מעניין.

♥♥ הערב היה מוצלח אהבתי את ההגשה של הערב:

אירית בפתיחת הדברים באופן רשמי ומרשים, רותי בהתרגשות אמיתית וחיננית שהתווה את הערב לדרך נעימה ובגובה העיניים. חווה שניהלה את הפאנל בצורה רהוטה מתחכמת ומעודדת - "אלופה!"
בחירת הנשים לפאנל הייתה מוצלחת ביותר! ואפילו סידורי הפרחים היו מקסימים ויפים בצבעי הסורופטימיסט. במפגש עם החברות מהסניפים השונים הייתה זרימה שסחפה גם את האורחות להוואי הסורופטימיסטי. צר לי שלא הספקתי לומר שלום לעליה היקרה, מחכה להזדמנות הבאה
איריס בראבי

♥♥ חברות יקרות,

גאווה גדולה להיות חלק מן וחלק מאגוד הסורופטימיסט, תודה מיוחדת לרותי, חוה אירית וכל מי שנטלה חלק בהצלחת הערב,
מיכל ינקוביץ

♥♥ חוהלה בוקר טוב

רוב תודות על הנחיתך ובחירת נשות הפאנל הנפלא ומרגש. מי יתן ובבריאות תמשיכי פעילותך המבורכת!
באהבה רבה חברתך אביבה אופיר

♥♥ תודה על הערב הנפלא של אמש, כל הכבוד למי שארגנו ובעקרה לרותי, חוה וכל שאר הבנות
מרים סלע

♥♥ חברות יקרות,

יום אחרי הגיע, אני שמחה שהערב היה חגיגי ומוצלח ביותר.

מועדון נהריה על המפה.... תודה מכל הלב לחברות שעזרו ותמכו ולחברות שהגיעו. היה מרגש לראות את ההשתתפות הרבה ממועדונים אחרים, הן באמת עשו מאמץ רב להגיע. היינו שמונים וחמש חברות ואורחות, מספר מרגש ביותר. ברוח זו, של שתוף פעולה בין המועדונים...
רותי עופר, נשיאת המועדון.

חוה ומיכלי שלום,

תודה עבור הכבוד שהענקתן לי לרגל יום האישה הבינלאומי, בהזמין אותי ליטול חלק בפאנל כנס סניפי ארגונך. היה ערב מרשים ומאורגן למופת. יישר כוח כן.



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



אשמח לעבות את הקשר עם ארגון הסורופטימיסטיות במסגרת פעילות נגישות ישראל צפון (נ.י.צ.) באזורנו לקידום נושא הנגישות וקבלת השונה.

בברכה,
ד"ר רויטל שורץ-סבירסקי.
מנהלת פרויקטים צפון,
עמותת נגישות ישראל (ע"ר),
חברת מועצת העיר קריית ביאליק
וחברת מועצות המנהלים של אתגרים ומפר"ש בגליל

פינת הפייסבוק

שריל סנדברג: מדוע יש מעט מדי נשים מנהיגות?

שריל סנדברג, סמנכ"לית התפעול של פייסבוק, בוחנת מדוע אחוז קטן יותר של נשים מגברים מגיע לפסגת המקצוע, ומציעה 3 עצות רבות-עוצמה לנשים ששואפות להגיע למשרה ניהולית בכירה.

-UTUBE

http://www.ted.com/talks/sheryl_sandberg_why_we_have_too_few_women_leaders.html

כדאי לעשות המאמץ להקשיב לדבריה!!



Soroptimist International

SI Bangalore (India) address the ladies of the Indian Overseas Bank on International Women's Day - Ratnabali Datta speaking.



Fast-Food Ice Dirtier Than Toilet Water

Jasmine Roberts never expected her award-winning middle school science project to get so much attention. But the project produced some disturbing results: 70 percent of the time, ice from fast food restaurants was dirtier than toilet water.

The 12-year-old collected ice samples from five restaurants in South Florida -- from both self-serve machines inside the restaurant and from drive-thru windows. She then collected toilet water samples from the same restaurants and tested all of them for bacteria at the University of South Florida.



In several cases, the ice tested positive for E. coli bacteria, which comes from human waste and has been linked to several illness outbreaks across the country.

"These [bacteria] don't belong there," said Dr. David Katz, medical contributor to "Good Morning America." "It's not cause for panic, although it is alarming because what she found is nothing new. You're not more likely to get sick now. But she's done us a favor by sounding the alarm."

Both Roberts and Katz said that the ice is likely dirtier because machines aren't cleaned and people use unwashed hands to scoop ice. Toilet water is also surprisingly bacteria-free, because it comes from sanitized city water supplies.

Support from Big Brother

Roberts got interested in the project after reading a newspaper article about bacteria in airplane water and decided to do something similar. Plus, she said, all of her friends chew on ice, and it drives her crazy.

"I just picked the not-obvious choice," the seventh-grader said of her project. Her 18-year-old brother, Justus, is also an award-winning science fair veteran who said he has encouraged his little sister's interest in science.

Justus said when Jasmine told him her idea for this project, "I gave her a high five, then said, 'You're a strange little kid.' But I supported her all the way."

The restaurants also have taken notice of Roberts' project. Two began new sanitary policies and have asked her to come back and do her tests again.

"First they appreciated the project," she said. "And one location even asked me to come back and test the temperature of their food"

חומר למחשבה על הדרך לקדם את נושא האוכל הבריא ובנמויחד למועדונים הפועלים בגינות קהילתיות וחינוכיות



<http://www.botanicalinterests.com/>



Botanical
INTERESTS®

Let us inspire & educate
the gardener in you.



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
Founding President

רחל שלון
נשיאה מייסדת



About

We are a family owned seed company specializing in NON-GMO herb, flower, and vegetable varieties for the home gardener. Over 500 varieties, certified organics, heirlooms, NO GMOs EVER. Visit www.botanicalinterests.com

Mission At Botanical Interests our goal is to inspire AND educate so that you can create beautiful and successful gardens. Company Overview Botanical Interests is a family owned garden seed packet company specializing in dependable herb, flower, and vegetable varieties for the home gardener. Varieties include over 500 varieties, with 140 being certified organic varieties. We also carry many heirlooms. Our website is a lot of fun ... and you can submit your photos of the varieties we carry to be published on our site!

Description Posts by Curtis & Judy-Owners and Ryan- Staff Horticulturist

מהנעשה ברמת הארגון העולמי

1. עזרה לקדום תכניות לבנות בפקסיטן – כל פתיחה מביאה תרומה אוטומטית של sliderocket

ראה ב- <http://portal.sliderocket.com/BBVXH/Hoshyar-Foundation> Utube

2. הזמנה של מועדון בודפסט הונגריה 26-28.4.2013

Dear Soroptimist Sisters,

For those of you who have already been receiving, we would like to confirm, and for those of you who could not see the invitation yet, please kindly note that Soroptimist Club Budapest (Hungary) would like to invite all your union/club members for a beautiful friendship weekend in our city.

We expect our guests April 26-28.

The three-day programme includes a guided city tour, a visit to the small town of Szentendre, the beautiful home of arts and culinary pleasures, an excursion to the countryside to see an authentic horse show and enjoy lunch with gypsy music, attending a performance of Puccini's Tosca in the Budapest Opera Theatre, and relaxing in a famous Hungarian thermal spa and plenty more.

If you forward our invitation to all Clubs in your country, it would be highly appreciated.

Attached please find registration form, invitation and hotel reservation.

We look forward to see you in Budapest.

More information you can find on a SIE website:

www.soroptimisteurope.org/activities/news/friendship-weekend-in-budapest-26-28-april-2013

or our club website: www.soroptimistbudapest.eu/



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
Founding President

רחל שלון
נשיאה מייסדת



Best regards,

Tatjana Juhasz
Assistant Program Director
SIE Club Budapest, Hungary

DEAR SOROPTIMISTS,

SIE Club Budapest has the pleasure to invite all Soroptimist Sisters and their families and friends for the next Friendship-Weekend in Budapest, **the Pearl of Danube**. The event will be held **26-28 April, 2013**.

The participation fee is 300 EUR. (excluding the 22 EUR price of the Opera ticket)The three days program offers a guided city tour, an excursion to the small town Szentendre, beautiful home of arts and culinary pleasures, an excursion to the countryside to see an authentic horse show, and lunch with gipsy music, seeing Puccini's Tosca at the Opera, having a Gala Dinner, and visiting a famous Hungarian thermal spa, and plenty more.

Please find attached application form with detailed program and list of the best hotels offers. An article about the Friendship weekend will be published in the March issue of the Link magazine. Deadline for the registration is 1 April, 2013.

For more information please contact Tatjana Juhasz sorop.budapest@gmail.com
Please note we expect only 50 participants and applications will be accepted on a first come first served basis!
We look forward to seeing you!

Hotel Offers:

We arranged accommodation at central hotels at special Soroptimist rates.

Please refer to **Soroptimist** when making your reservation. Credit Card guarantee is requested.

Ibis Budapest Heroes Square *** <http://www.ibis.com/gb/hotel-6564-ibis-budapest-heroes-square/>
Ibis Budapest Heroes Square is a charming 3-star hotel conveniently located in the embassy district and tourist center, right at Heroes' Square.

Single Room	55,- EUR
Double Room	60,- EUR

(Buffet breakfast and taxes are included.)

Contact the hotel: **Tel.** +36 1269 5300
Fax. +36 1269 5329 **H6564@accor.com**

Mirage Fashion Hotel ***** <http://www.miragehotelbudapest.com/>



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
 Founding President

רחל שלון
 נשיאה מייסדת



The brand new Mirage Fashion Hotel is one of the most exclusive hotels in Budapest, located in the embassy district and tourist center, right at Heroes' Square.



SIE CLUB BUDAPEST, HUNGARY

Budapest Friendship-Weekend
Budapest, 26-28 April, 2013

REGISTRATION FORM

Please return the form completed by **April 1**
 Return to: **Club Budapest e-mail: sorop.budapest@gmail.com**

Participation fee is 300,-€ if amount arrives in our bank account by April 1. After this date, the price is 320 € / person.
Opera performance is not included in the above - kindly send 22,- € in addition to the participation fee if you attend

Further information: Tatjana Juhasz sorop.budapest@gmail.com

NAME &
 SURNAME:

CLUB:
 ADDRESS:

POSTAL CODE + CITY:
 COUNTRY:

PHONE
 E-MAIL:

Accompanying person (Name & Surname):
 Name of booked hotel in Budapest

Thursday	25.Apr.	
		18.00 <i>Registration. Welcome drink</i>
Friday	26.Apr.	
		9.00 <i>Sightseeing by bus (4 hours)</i>
		14.00 <i>Excursion to the countryside</i>
		Szentendre a charming town just outside of Budapest, is full of churches, galleries, museums and cafes. The most frequently visited tourist center along the Danube
Saturday	27.Apr.	



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
 Founding President

רחל שלון
 נשיאה מייסדת



9.00 *Excursion to the countryside: The Horse Show and lunch*
 19.00 *Friendship Gala dinner*

Sunday 28.Apr.

10.30 *Opera performance (Tosca Puccini, G.)*
 10.30 *Visit of the Parliament House of Hungary
 or attending service at St.Istvan Cathedral,
 or visiting Széchenyi Thermal Spa*
 14.00 *Farewell coffee in one of the famous Cafe Houses.*
 End of official program

Airport transfers are arranged individually by airport bus or by taxi
 (please expect about 30 Euro/taxi)
 The cheapest and safest way to get from the airport to your hotel by minibus.
 This service is easy to find at the airport.

We arranged a nice central **hotel by the Danube** at **special Soroptimist rates**. Please book and **credit card guarantee** your rooms yourself. For the hotel details please see attached sheet.

Registration forms can only be accepted if received together with a copy of the **bank transfer**, without costs to the recipient. **Please make sure to refer to SOROPTIMIST Friendship Weekend and LIST ALL NAMES whose participation fee is transferred by your transaction in the message/remark section of the BANK transfer sheet.**

Please transfer to:

Budapest Soroptimist Klub, H-1037 Budapest,
 Kiskorona u. 7. Hungary
 OTP Bank, H-1051 Budapest, Nádor u. 16. Hungary
 SWIFT code: (BIC) OTPVHUHB
 IBAN: HU 85 1170 5008 2041 3930 0000 0000

Date:

D	D

 -

M	M

 -

Y	Y

Single Room **102,- EUR**
 Double Room **122,- EUR**
(Buffet breakfast included.)

Contact the hotel: Tel. +36 1462 7070 Fax. +36 1462 7078 info@miragehotelbudapest.com



SOROPTIMIST INTERNATIONAL
Club Kyiv , Ukraine invite You for the 20.th anniversary.
The celebration will be held on the 13-15. September 2013 in Kyiv ,

Contact us :
President Club Kyiv.- Olga Rudnytska
132, Krasnoarmeyska str., ap. 105
03150 Kyiv, Ukraine
Tel. Mobil : 0038 068 251 19 84
E-mail: soroptimist.kyiv.ukraine@ukr.net

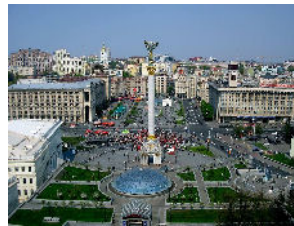
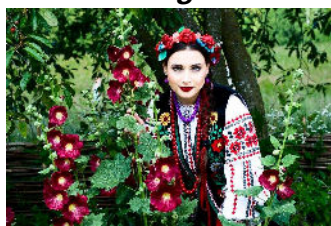
Vice-President Club Kyiv,- Tamara Nazarova
6/8 Zitadelna str., ap.65
01015 Kyiv, Ukraine
Tel. Mobil: 0038 050 311 21 46
E-mail : tamaranazarova@ukr.net



לתשומת לב החברות מתקיים בסוף שבוע של יום כיפור
ייתכן שנוכל לבא לאחר זאת לטיולים מתוכננים???

Dear friends,

Club Kiev Ukraine send you the invitation to celebrate the 20-th anniversary of our Club. You are expected with the interesting cultural program, acquaintance to the ancient city of Kiev, the capital of Ukraine with the population of over 3 million people, which is more than 1500 years old. You will have the opportunity to meet the sisters of Kiev Club and to take part in the Club's project. The jubilee is a wonderful opportunity to meet good friends and to fasten new acquaintances as well. You are expected a lot of surprises. It will be very interesting! We shall be glad to all!



SOROPTIMIST INTERNATIONAL

Club Kyiv, Ukraine

20-th anniversary of club Kyiv



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
Founding President

רחל שלון
נשיאה מייסדת



13.09.13. FRIDAY

- 13.-17.00 - Arrival in Kyiv. Transfer to the hotel.
Registration at the hotel.
17.00 - Welcome Reception in the Conference hall at the hotel.
Meeting club Kiev members with the guests, representation to each other.
Champagne reception, coffee break.
19.30 - Dinner at a restaurant. Ukrainian cuisine.

14.09.13. Saturday

- 08.00 - Breakfast at the hotel
09.30 - Kyiv sightseeing tour (including Lavra, Golden Gate, St. Sophia)
14.30 - 16.00 Excursion along the river Dnepr. Picnic on the ship.
16.30 - 18.00 Free time.
19.00 - Gala Dinner at the Marien Palee

15.09.13 Sunday.

- 08.00 - Breakfast at the hotel.
09.30 - Acquaintance to the projects from club Kyiv. Visit to Boyarka, in the school for visually impaired children.
Taking part at the project 'Schoolgarden' planting trees at the soroptimist parkway.
12.30 - Picnic
13.00 - Return to Kyiv.

14.00 - End of the official programme.

Programme fees:

All programme: 195,- EUR

Included:

Guided tours with the visiting of museums.

Shiptrip.

Lunches and galadinner.

Dinner at 13.09.13 - additional cost 25,00 EUR.

Can be delivered from/to the airport. (on request 20,00 EUR.)

POST PROGRAMME TOURS - THE UNKNOWN UKRAINE
TOUR 1. WE LIVE IN KYIV.

15.09.2013 - Sunday

19.00 - Visit the Opera House / concert

16.09.2013 - Monday

- 08.00 - Breakfast at the hotel
09.00 - Ethnographic Open-Air Museum.
13.00 - Lunch on the nature



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
Founding President

רחל שלון
נשיאה מייסדת



-
- 15.00 - Visit to the National Museum
 - 17.00 - St.Andrews Church. Walk down the street of St. Andrew. Street artists and art galleries.
 - 19.00 - Dinner
 - 21.00 - Walk across the evening city.

17.09.2013 - Tuesday

- 08.00 - Breakfast at the hotel.
- 09.00 - Walk across Kyiv. Visit Vladimir Cathedral.
- 11.00 - Visit Art Gallery.
- 13.00 - End of the programme.

Cost: 120,00 EUR. (without hotel cost).

TOUR 2. Chernihiv – old city, located 120 km from Kyiv.

15.09.2013. Sunday.

- 19.00 - Visit the Opera House / Concert.

16.09.2013 Monday.

- 08.00. - Breakfast at the hotel.
- 09.00 - Tour to Chernihiv by bus. City tour.
- 13.00 - Lunch.
- 15.00 - Art Gallery.
- 17.00 - Dinner.
- 20.00 - Returning to Kiev.

17.09.2013 Tuesday

- 08.00 - Breakfast at the hotel
- 09.00 - Walk in Kiev. Visit Vladimir Cathedral.
- 11.00 - Visit Art Gallery.
- 13.00 - End of the programme.

Cost - 140,00 EUR (without hotel cost).

Payment is made on the spot.

Contact persons and Coordinators are:

President Club Kyiv - Olga Rudnytska

132, Krasnoarmeyska str., ap. 105

03150 Kyiv, Ukraine

Tel. Mobil : 0038 068 251 19 84

E-mail: soroptimist.kyiv.ukraine@ukr.net

Vice-President Club Kyiv - Tamara Nazarova

6/8 Zitadelna str., ap.65

01015 Kyiv, Ukraine



SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL
אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

Rachel Shalon
Founding President

רחל שלון
נשיאה מייסדת



Tel. Mobil: 0038 050 311 21 46

E-mail : tamaranazarova@ukr.net

The deadline for registrations is June 30, 2013.

To join this anniversary, all you have to do is *to fill-in the Application Form* in the bottom of the document and send it to our contact persons. You will receive your information pack after you have checked in at the hotel.

To make your reservation, please contact the hotel "Premier Palace Hotel".

Address: 5-7/29 T. Shevchenka Blvd / Pushkinska Str.,

Kyiv 01004, Ukraine

To make a booking, you must:

1. Click on the link: : <http://www.premier-palace.com>
2. fill in the table to the left: "booking",
don't forget to make Promocode.(SOROP)

The hotel will offer rooms at special *soroptimist* rates.

Don't forget to book your room under the keyword Promocode.(SOROP)

"Single room"	-120 EUR
"Superior single room"	-130 EUR
"Room with big bed"	-140 EUR
"Room with two single beds»	-160 EUR
Room "Lux"	- 248 EUR

Price includes:-buffet breakfast

APPLICATION FORM

1. **Personal (your full name, age, adress, e-mail address)**
2. **Club, Union**
3. **Profession and position (also in your Soroptimist club)**
4. **Interests and hobbies**
5. **Accompanying persons**
6. **Request for the hotel room (single or double)**
7. **Dates of arrival and departure and the means of transportation (if possible) (You may inform us about it later)**
8. **Your special requests**

Contact persons and Coordinators are:

President Club Kyiv - Olga Rudnytska
E-mail: soroptimist.kyiv.ukraine@ukr.net

Vice-President Club Kyiv - Tamara Nazarova
E-mail : tamaranazarova@ukr.net



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



מהנעשה מועדונים מועדון הנגב

סיכום ביקור במועדון סורופטימיסט 'הנגב' (העקרונות מתאימים לכל המועדונים)
לחברות מועדון הנגב, היקרות, בכלל ולליזט פרץ, נשיאת המועדון, בפרט:
ברצוני להודות לכן על הזמנתכן לשיחת הדרכה בנושא ארגון הסורופטימיסט.
שמנו דגש על פרוייקטים מועדוניים, ארציים ועולמיים.

אני רוצה לברך אתכן על הפרוייקטים המופלאים שאתן מבצעות. 5 יצירות מגוונות בתחומיהן ובאוקלוסיות היעד אליהן
הן מופנות. פרוייקטים עם מטרות ראויות וחשובות. תודה למרתה שדווחה לי עליהן. לליזט נשיאתכן על היזמות
וההובלה ולכן תודות על ההשקעה לביצוע ולעליה על הפרסום שלהם בחדשון (במסגרת פרסום דווחי כל המועדונים על
הפרוייקטים המתקיימים אצלכן ששלחתן אלי בתחילת השנה. העברתים לעליה לפרסומן בחדשון, עפ"י סדר הא"ב של
שמות המועדונים).

הערה חשובה לפרוייקטים:

מעבירה לכן ולכל המועדונים בארץ, תזכורת חשובה במיוחד: אנא דווחו על כל פעילות שלכן, דווח PFR והעבירו
במייל, לפדריציה האירופית.

העקרון הוא: לא דווחת, לא עשית! העשייה צריכה להראות ולא רק להיעשות!
לצד, מעט מאוד מועדונים מדווחים על פעילויות כ"כ יפות שהן מקיימות וחבל!
בהמשך, חשוב גם לתכנן את הפעילות העתידית.

האם תמשיכו בכל הפרוייקטים האילו, גם בעתיד? בכולם? בחלקם? ואולי תצרו פרוייקטים חדשים בחיבור לפרוייקטים
ארציים של האיגוד הישראלי / של הפדריציה האירופית? העולמית?
נכון להיום, פרוייקטים ארציים הינם: # מים ומזון (פיתוח חקלאות עירונית) וכן נושא חדש בהתהוות שהועלה ע"י
יהודית, נשיאתנו: # מניעת אלימות נגד ילדים.

מה עם תקציבים חדשים לפרוייקטים? איך מתארגנים מחדש כשתקציב מסתיים?
אילו מקורות חדשים, תקציביים, תגייסו?

מכחות עצמכן? קיום בזאר מכירות? יריד ספרים? ארגון אירוע תרבותי שהכנסותיו יוקדשו לפרוייקטים שלכן ו/או
לקרן מלגות? קיימות אופציות רבות.

מציעה לכן לעשות סיעור מוחות בעניין ומאחלת לכן בהצלחה בפעילויותיכן המבורכות, גם בעתיד!

ברצוני לענות למספר שאלות שהעלו חברות, מועדון הנגב.

1) הרחבה. למילה -חברה סורופטימיסטית חדשה, ברוכה הבאה לחבורה המיוחדת שלנו. ולוואי וירבו חברות
חדשות כמוך בכל המועדונים ויפה שעה אחת קודם.

הבעת רצונך לדעת יותר על הארגון ולהבין מה אנו עושות, זו בקשה מעולה ונכונה. אני מזמינה אותך ללמוד עלינו
החל מהעלון של הארגון המצויי בידי כל הנהלת מועדון סורופטימיסט והמשך בישיבות הדרכה עם ועדת הרחבה של
המועדון שלכן. כמו-כן, לומדים הרבה על הארגון מקריאת חומרים באתרים של ארגון הסורופטימיסט האירופאי
והעולמי ובאמצעות החדשון שעליה מוציאה כל שבוע - קריאה מתמשכת בו נותנת מושג טוב עלינו כארגון. מטרות,
יעדים ובצועים, באים בו לידי בטויי. למוד של כל הנ"ל, יסייעו בידך להרכיב את הפאזל של הארגון שלנו, בהצלחה!

2) ידידות והבנה בינלאומית. לפאטמה - שמחתי לשמוע שאת מקושרת לחברות סורופטימיסטיות באירלנד,
בבריטניה ועוד! נגעת בלב לבו של עניין המהות הסורופטימיסטית: היותנו ארגון בינלאומי, עולמי! אני קוראת לכל
החברות להיות עם הפנים החוצה. לקשור קשרים עם חברותינו באיגודים ובפדריציות השונות. אחווה בינלאומית,
ידידיות חובקות עולם, הם מאושיית הסורופטימיסט.

ועוד:

בקשר להתענינותך בפאנל הנשים של מועדון נהריה, לכבוד יום האשה הבינלאומי, אני מזמינה אותך לקיים בעתיד,
פאנל דוגמת זה, בו יטלו חלק נשים פורצות דרך ומובילות שינויי מדרום הארץ. מבטיחה לך לסייע בידך. בהצלחה!



Rachel Shalon
Founding President

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF ISRAEL אגוד ארצי של מועדוני הסורופטימיסט בישראל

רחל שלון
נשיאה מייסדת



3) ועדת אירועים: לרחל- מזל טוב מכולנו, יום הולדתך חל בדיוק ביום פגישת המועדון! במועדון נהריה לדוגמה, יש ועדת ימי הולדת, האחראית על הנושא. בכל ישיבה שלנו יש כמה דקות של התייחסות, מלים טובות ותשומת לב לחברות החוגגות יום הולדת באותו חודש. מומלץ לנסות...

4) בחירות לנשיאות. מקובל במועדונים, עפ"י מתכונת האיגוד הארצי, האירופי והעולמי, לבחור כל 2 שנים, נשיאה חדשה וכן כל בעלות התפקידים במועדון כמו, סגנית, גזברית, מרכזת פרוייקטים. ועדות: הרחבה, מלגות, תכניות המועדון (ארגון מפגשים, טיולים, אירועים מיוחדים) וכו'

לסיום:

תודה רבה לך ליזט על ההזמנה והלווי לליאורה על האירוח היפה ולכולן על קבלת הפנים החמימה. כבר בדרך הארוכה, אליכן, ברכבת, מנהריה לבאר-שבע הסתבר לי שהיה כדאי מאוד. המרבדים הירוקים, רחבי הידיים שהשתרעו על הגבעות החוליות של הנגב בואכה ב"ש, היו מעוררי השתאות ופליאה. הירוק העד מלמטה והעצים המבלבלים מלמעלה, גרמו לי לשפשף עיניים בתמהון: ההגעת לנגב 'היבש' או לגן העדן? ואז אמרת לעצמי: אם זה המצב אז הכל אפשרי! מאחלת לכן פיתוח והרחבה!

שלכן בידידות ובברכות בהצלחה,
חווה שורני – פלדמן,
מתאמת הפרוייקטים באיגוד הישראלי.

חווה,

תודה רבה



שיהיה יום מקסים!

Lizette perez

נשיאת מועדון סורופטומיסט "הנגב"
נייד: 0505744897

לאיתי גזית חברתנו היקרה,
מזל טוב, שפע ברכות להולדת הנכדה. שיהיו לך ימים מלאים בשמחה, והנאה הרבה נחת ואהבה.
מאחלות חברותיך ממועדון סורופטימיסטיות הנגב



מועדון נתניה
יום הבריאות העולמי

רשמו לפניכן שמועדון נתניה מתכנן ב-1.5.2013 לקיים יום עיון לרגל יום הבריאות העולמי.
פרטים בחדשון הבא.



מועדון רחובות

מחר יום חמישי 14.3.2013 בערב בשעה 20:30 ברחוב שפינוזה 29 בביתה של זהבה רוזמן.
בתכנית מופע של דבורה שרף

תרומה של 50 שקל תתקבל בברכה.
בתיה בילר
נשיאת המועדון

הזמנה שנשלחה לנשים פעילות מרחובות, נס ציונה וראשון לציון זמנה ביחד יותר מ-35 נשים שאכפת להן. על אף הבקשה הצנועה הן תרמו מעל ל-2000 ש"ח עבור הפרויקט שלנו במעון הרב תכליתי בשכונת אושיות ברחובות. בתחילת הערב ספרה חברתנו ג'ודי קירסון על הגינה המשותפת לילדים והורים ורגשה את הנוכחות בסיפור על חברת אופניים שתרמה לכל ילדי כתת הגן, 15 במספר, אופניים חדשים, דבר שהוא כמו חלום עבור ילדי הכתה. העובדת הסוציאלית של המעון רעות ספרה על הצרכים הרבים של הילדים והמשפחות והודתה לחברות מועדון רחובות על פעילותן למען המעון ובמיוחד הילדים וההורים.

את הערב סיימה הופעתה של דבורה שרף ואנו מודים לה ולכל הנשים שתרמו כדי שהפרויקט שלנו יוכל לתרום לאיכות חייהם של המשפחות שילדיהם מבקרים מדי יום ביומו במעון.

