

נְשִׁיעָרֵי חִיבָּרֶךָ

מראש היישוב שליט"

עצות פרטניות והדרכה להורים, מלמדים, מנהנים ומחנכים

שנת
תשפ"ג

גָּלְגָּלָה כ"א

• מדדים אל תוך

הם כבר לא מדברים בשעת התפללה,
הם כבר מתפללים עם יראת שמיים.

לדבר עם אהבה

אותו הדבר הוא עם מלמדים; מלמדים את הילדים איך לTEL ידים לפני שאוכלים לחם, איך להזכיר את הלוחם בזמנו שמלמדים ברכבת המוציא, כשיהם מברכים ברכבת המזון שיבטהו ברווח את המלדים, ושאסור להסתכל החוצה באמצע תפלה שמונה עשרה, ועוד מדרות טובות, איך לדבר אל חבר, ולדבר בעדינות, - את זה צריכים להגיד פעום ועוד פעום. ואם מדברים עם אהבה, אני אוהב את הילד אפילו שהוא ילד קשיה, אני מרחם על הילד, אני מתחייב לעצמי שהילד שלי, אני מתחנגן אותו כמו שהיית מתחנגן עם הילד שלי, אז לבוטוף הדבורים ונחרוג.

לא להכיאב לילדים

אחד המנגלים מתקשר אליו, שהוא מאוד מתרגש מחד המלמדים, והוא מספר לי: "המלך נחש אליו עם דמעות בעינים לבקש עזרה, שמאוד קשה לו להמשיך בכתה שלו, כי אחד הילדים מאד מעצבן אותו". זו דרישת שלום מאוד טובה, לשמע עד כמה המלמדים גוזרים שלא יאכיבו לילדים, כי כשילדים אומרים: "ברך טוב", אם אוhabים את הילד עוננים לו בקר טוב עם חייו, ואם הילד הנה מעצבן אותו, עוננים לו בלילה ברירה, ובלי חייק, או פשילן נחש לשאל או לבקש משאו, אם נגעלים מהילד, לא עוננים לו בצדקה נסורה, עוננים לו תשובה יבשה: "כן", "לא", "עכשו לא מדברים!", והילד תופס את זה, הוא מרגיש את זה, והילד קולט אני לא מקבל חיק מהמלמד שלי, המלמד שלי לא אהב אותו, המלמד שלי לא ציריך אותו".

צריכים לדעת שאנשים הם לא מכונת ולא רואים את התוצאות מיד.

ספרוי צדיקים

מהרא"ש היה אומר להורים: תכינו ספרוי צדיקים לסעודות השבת, ומורה"ש אמר: "היום יש כבר הרבה ספרים של ספרוי צדיקים", אז מה נאמר היום? כל יום יוצאים ספרים כל קה"קifs עם ספרוי צדיקים, ספרים מהגמר, מרבי שמונן בר יוחאי, מהאר"י הקדוש, מהבעל שם טוב הקדוש, מהרבינו הקדוש ר' אלימלה, מהרבינו הקדוש ר' רושא, וכקה הלהאה, אז כדי למלמדים ולמורים שיכינו ספרורים יפים מהצדיקים כדי לספר לילדים, ולאחר שמספרים ספרוי מוציאים ממונו מוסר השכל. אבל באות רגע לא רואים שמשמעותה ממשהו, אבל צריכים להאמין שהילדים ממשהו, נכנסים לבב של הילדים. כמו שאפוא אומרת לילדים שללה: "תעשה בכה", "לא עושים בכה", והוא אומרת את זה פעום ועוד פעום ועוד פעום ובסוף היא פועלת.

בדאי שהמשפיע!

אתם יודעים מה פעה פעמים אני אומר לילדים שלי: "אסור לדבר בשעת התפללה" מאות ואלפי פעומים! כי בכל השבעה הם מתפללים ב תלמיד תורה, ובשבת הם מתפללים על ידי, מגיל שלוש עד שהם מתחפנין, יש חמישים שבתות בשנה, ואני מתפלל אoftם בليل שבת ובשבת בלילה, כי בכל תפלה אני אומר תפנות בשנה, ובכל תפלה אני אומר בפה פעמים לכל ילד בנפרד: "אי אפשר לדבר בתפללה", "אי אפשר לדבר בתפללה", אז תגיד שהמשהו צריכים להזכיר, ואילו משאו צריכים להזכיר, ואני אפשר לכך לצאת מהכפתה סתם קה, אי אפשר לשנות בamus זמן הלמוד; כל מלמד זכותו לקבע לכפתה שלו סדר מס'ים איך שנוח לו להניח את הכפתה, מה משפיע? אני מסתפל מכאן על הילדים שבירוק השם על להריגל את הילדים שייתנגן עם מדרות טובות או דברים יפים אחרים, ואני

בעורת השם יתברך אנו מגישים בפניכם שעור חדש שמספר ראש היישבה שליט"א למוחנים בויליאמסברג י"א ביום שלישי פרשת תצוה שנית התשפ"ג.

ראש היישבה אמר: אני רוצה כמה דקוט לחזק את המלמדים של המוסדות שלנו, כמה חזק שייתנו למלמדים צריים עוד ועוד חזק.

ילדים הם לא מכונת

הדבר הראשון והכי חשוב שמחנה צריך לדעת הוא: "שילדים הם לא מכונת". כשילדים מוכנות כביסה שתתחיל לעבד, היא שומעת בקול, היא עובדת בדיק שכננו אותה אבל אנשיים הם לא מלאכים, כשילדים שאנשיים הם לא מלאכים, אלא ילדים, אי אפשר לצפות שמה שאמרתי עכשו יקרה באותו הרגע.

לא רואים את התוצאה מיד

ואם תשאלו למה לי לדבר, אם הילדים במלוא לא מקשיבים לך התשובה היא, שילדים מקשיבים לכל מה שאומרים להם, אבל אי אפשר לצפות של הילדים יתחלו על הפיקום לעשות את מה שאמרו להם, לזמן עד שמתחלילים לראות שהדברים נכנסים בהם.

אני רוצה להעיר, שלא מלבדים עכשו על להתנהג בdry ארץ' בפתחה, שצרכים לשבת בשקט, וכשரוצים לשאל משאו צריכים להזכיר, ואני אפשר לכך לצאת מהכפתה סתם קה, אי אפשר לשנות בamus זמן הלמוד; כל מלמד זכותו לקבע לכפתה שלו סדר מס'ים איך שנוח לו להניח את הכפתה, מה משפיע? אני מסתפל מכאן על הילדים שבירוק השם על להריגל את הילדים שייתנגן עם

• מדברים אל הקייד

לְהַגִּיד לִמְוֹרָה, שְׁהַשְׁעֲוִירִים נִכְנָסׁוּ לַ
בְּעָצְמוֹת, מִזֶּה אֲנֵי קֹוֹרָאת קְרִיאַת שְׁמָעַ,
וְמִזֶּה אֲנֵי מַקְפִּידָה עַל נְטִילַת יָדִים עַל יָד
הַמְּפֻטָּה, הִיִּתְיַגֵּן בְּגַנְבַּת בְּחַשְׁאי מְפֻגָּרוֹת שֶׁל
הַחֲבִירֹת שֶׁלִי, וְהַמְוֹרָה סִפְרָה מַפְשִׁיל עַל
אֲנוֹבָה, וּמִזֶּה אֲנֵי כָּבֵר לֹא גַּנְבֵּת יוֹתָר.

ילדיים זוכרים כל תזונה שהם רואים או שומעים, אפילו שזה לא נראה כך. שננים אחר כך היא עוד תזכיר איפה היא שטבה, איך צבע קלמר היה לה, איך שתה מורה מסרה על כבוד אב ואם, והיא תגיד: "מאן שמסרת את אותנו שעור, אני ללהם כבר עם חפה", ו"אני זוכרת עדין את הספר על להתנהג בעדינות, מן הפטם המורה כבר לא זוכרת את הספר הזה, אבל אותו זה תפס חזק, ומazel אני נזמרת להתנהג בעדינות, אני נזמרת איך אני יורדת מהמטה, אבל לפחות אני לבד בבית, כי אני יודעת שהשם יתברך נמצא כאן".

אוֹי, אִיזוֹ הַרְגֵשָׁה טוֹבָה כַּפְשׁוֹמָעִים
אֶת זֶה! וְאֵז אֲפָם תִּחְשֻׁבָּו: חַבֵּל שֶׁלֹּא
יִזְדַּעַת אֶת זֶה כָּל הַשְׁנִים'. עֲכָבוֹ לֹא
רוֹאִים אֶת הַפְּרוֹת, אֲבָל כָּל מֶלֶה חֹדְרָת
פְּנִימָה. ■

כמובן שאם רוצים לצאת עם הילדיים
צריכים לחתום את זה עם המושך, כי
אי אפשר כל יום ללבת לפארק מהבקר
עד הערב... ורק אם כבר הגיעו להספק
ולמדו כמה שחריר, רק אז אפשר לתגמל
את הילדיים ולצאת אtam.

רַק עִם הַתְּבוֹדּוֹת אֲפָרֶר לְגַרְבָּן שִׁיאָהָבוּ אֶת כָּל הַיְלָדִים בְּצֻרָה שָׂוָה, מִמְכְּקָשִׁים מִהָּשָׁם יַחֲבֵךְ: "רַבּוּנוּ שֶׁל עֲוֹלָם תְּעֹזֵר לִי שָׁאַנְיָה אֶחָב אֶת כָּל הַתְּלִמְדִים שְׁלִי, אֲפִלוּ אֶת הַיְלָד הַזֶּה שֶׁהָוָה כֵּךְ קָשָׁה, שֶׁהָוָה כֵּךְ חָסֵר טָעַם וְחָסֵר חֹן".

המנורה מקשיבה ל...י

כשלהם מפלמד מוסר שעור הוא יכול להחשב מי מקשיב לי? אחד מקשך על דף, השגוי קורץ בעיניו לחבר שלו, ווּמְשֻׁלִּישִׁי עושה פרצופים ממשנים, והרביעי מניח את הראש על השלחן, ווּמְחַמִּישִׁי מתחמת באנצע הלמוד כאלו הוא לא יושב כאן לבך בפתחה... זה נראה ממש כמו שהמילים הולכות לאoir. אני גם אזכיר חזוק על זה, אני מוסר כל יום שעורים לבחורים בוגרים ובתיכון, הירבה פעמים אני מרגיש 'אولي' המנוראה ממקשיבה לי... אבל זה לא נכון, צרייכים להאמין שכל מה שמדוברים אל ילדים נוכנס להם לב.

מזכירים אל ילדים על מודות טובות ולחכotta, ואם ילד לא קולט את זה, דעון לכם שעל פי ההלכה לא מעוניינים בבית דין של מטה יلد עד גיל שלוש עשרה וילדה עד גיל ששתים עשרה, אי אפשר לשאל: "כבר אמרתי לו אלף פעמים והוא לא שומע!" כי בכלל זה הוא "קטן", כי צריך להגיד לו עוד פעם. - "אבל כבר אמרתי לו אלף פעמים שבמקרה הזאת לא נוציאים"! זה יلد, ילד צריים לדבר עוד פעם.

לטיל ברחווב

אפשר למצוא דרכיים לתגמול את המציגנים, עם ממתק, או לעשות מבחן עם פזבבים, נקודות וקרטיסים. ואם יש מזג אויר נעים, אפשר לתגמול את הילדיים ולצאת אתם לפארק, הולכים לטיל אתם בברחוב כדי לראות את נפלאות הבורא, ואת העצים היפים ואת העלים הרענניים שגדלים.

לא להתייחס בביטול אל המחבר

יש באמות בזה מוגר מצדיקים שלא להשתמש
עם דברים שנפלו על הרצפה, ולשנות בורשט,
אכל כל אחד יש את המנוגים שלו".

[הפטעם שפוגחים לשלות בורשטי הווא: כי
הצדוקים אמרו שככל דבר חמוץ נקרא חמץ,
ולפיהם אסור לשנות בפסח שום שטיה
 חמוץ, אבל החכמים הקדושים אומרים
 פסחים לה.) ש' חמץ' הויא רק דבר העשו
 בחמאת מני דגון (חיטה, שעורה, בקמן,
 שבולת שועל, שיפון), ולכך יש אנשים
 שמאוד מקפידים לשנות בורשטי, להראות
 שאנחנו לא אווחים כמו הצדוקים].

לא לדרב עד אחרי פה

עוד דוגמא: פָּלֶמִיד בָּא הַבִּיתָה לְפָנֵי חָג
הַשְׁבּוּעָות וְאֹמֶר: "הַמְלָמֵד שְׁלֵי אָמַר שָׂאָסָר

הנתקה השלישית היא: "לא להתייחס
בזולוֹן אֶל הַמִּחְנָךְ".

הורים יקרים. אם בלבד מאייע נכיב
מהקהלמוד תורה והוא מטלון משדר
געג'ם המלמד שלו, או שהוא אומר דברי
ששהמלמד שלו אמר היום בפתחה, לדוגמא
המלך אמר שבפסח אסור לחשוף ע
דברים שנפלו על הרצפה, או שהמלך דיבר
על המנהג לשותות בורשט, והיות שהמלך
בא מביית שנוהגים במנハga זהה, הוא חוש
שכל עם ישראל נהגים כה, והוא הפchi
את הילדים שבקפוח 'מקרכחים' לשתו
בורשט, ואם לא שותים בורשט זה נקער
לעוזב את המסתה. והאבא של הילד ל'
יודע ממנהga כזה, והוא אפילו לא יודע מ
זה בורשט, והוא לא שמע על זה מעולם
והוא לא מתכוון אי פעם לשותה את זה....

לשותות בורשט בפסח

באו נראה אם אתה "מחפה": אחד

• מלמד חיב לישן ולאכל

עלולים להרס את הילדיים

מלמד שלא ישן בלילה צריך ללקח ממלא מקום, אי אפשר להכנס לבתה מתוך עייפות, כי אם לא ישנים מיטפיך, עלולים להרג את הילדיים.

אפשר להיות על מלמד שבא לתלמוד תורה יום אחריו
חתנה, שבתחלת היום הוא כבר נראה כל בך שבר מעיפות,
והוא הרי יכול להרים את הילדים!

לאכל ארוחת בקר

ר' יוסי בר חנינא: אמר ר' יוסי בר חנינא: עכברנו נסים את השער, כי אני רוץ שיזהה למלמדים לפחות עשר דקוט לאכל ארוחת בקר. אסור להכנס לבתיה לפני ארוחת בקר, ואם אוכלים ארוחת בקר אפשר אחר בקר לחתם חיים לילדיהם.

— 1 —

ו. לא להתייחס בביטול אל המחבר

"אבא של' גם מסתובב בבית לא בגין שנה"
 רק עם הלבשה תחתונה", קיימי יכול בשניה
 אחת לגורם שילך הבוגרים לא תהייה שום
 הערכה לחווים שלהם, אבל אני לא עוזה
 את זה, אני אף פעם לא מתייחס בזולו
 להורים, אני עונה להם: "**"אבא של' גם היה**
רואה לישן עם בגין שנה, אבל הוא לא מספיק
להתלבש, כי הוא כל כה עיר בלילה."

יש לך את המלמד הבי טוב

כמו שהמְלֵמֶד טוב לא מזיל בהורם, ומתחפק בחכָּמָה שלא לבייש את ההורם, אזוֹ דָּבָר אֲרִיכִים הַהוּרִים לְהֻזֶּר שלא לזיל בחמְנָכִים. אם נילך שלכלם חזיר הבבִּיתָה ומפסיק שהמְלֵמֶד ספר שהוא גנוב פעעם כשחיה יילך, או שהוא עשה דברים לא יפם, ושייגי ההורם יושבים לידיו, אל תקרצزو אחד לשני שהמְלֵמֶד אין שלל... אם אפס רוצים אפס יכולים לדבר על זה מאחר יותר כשחידים אינם בסביבה ולא שמים לב זהה, אבל בפניהם הילדים ארים רק להגידי: "צדיק, לך לישן יפה. אבא ואמא בבר יסdro בשבילך את הכבל, ותנו שיעיש לך את גמלוד המכדי טוב, והתנהג ברוך ארץ".

הרגת את החרוף

אפשר לחרים טלפון לרעה ולשא� אותו מה קורה עם המלמד זהה, ומה הוא מס' ספר איך הוא הורביז וגנב כסחנה הילד, מלמד חורי ארייך להיות דגמא לילדיים? אבל אסור להגיד את זה הילד, כי הרגעים את כל החגוק של הילד שלכם.

(מתוך שעור חנוך מיום רביעי פרשת וארא התשע"ח)

דברים נפלאים שאמר ראש היישבה שליט"א למלמדים
אחרי השעור בדף הגמורא.

שמחות משפחתיות - או לא?

מלמד שאל אותן: אני לא מבין, פעם אומר ראש ה'ישיבה שצרכיים להשתתף ב'ஸמחות משפחתיות', ושםו ר'א"ש ה'לך ל'ஸמחות משפחתיות', אבלו שהוא היה מאוד עסוק, ופעם אחרת אומרים שמילמד אסור לו ללבת ל'ஸמחות?

אמרתי לו: צריכים להשתתף בשמחות; אם אתה עובד בכנית, תאל לשבחות, אבל אם אתה עובד עם ילדים, אסור שזו יהיה על חשבונם הילדים, אתה יכול ללחוץ לשמחות אבל תצטרך להציג מילא מקום, ואם יש לך במחצית אחת כמה חחנות במשפחה, תודיעו במשדר שבחמחצית הזאת לא תוכל לבוא, כי יש לך כמה חתונות.

מאת ראש הישיבה שליט"א

לדבר מזמין קידוחת הנורות עד אחריו בטר של מוסך", ואמ' האבא ג'יב: "תגידי למלמד שילך שלא יבלבל את המוח, שיפסיך בבר עם התשויות האלה..." איז עכשו הוא זילע מלמד שלו, ובמוצאי שביעות כשריל חזר לתלמידתו תורה, והוא בכר לא יכול לקבל כלום מהמלמד שלו.

בדיקון כמו שהמאמין ציריך מואוד להיות זהיר, לא לזריז בחורים, אותו דבר צריכים בחורים להיות זהירים שלא לבטל את המאמין, הילך ציריך הרים — ומאמין.

שהוא יזלزل בכם?!

אם מלפיד מדבר שעור על נטילת ידים
על יד המטה והוא רוץ לתקן את היפי
של נטילת ידים בפרק, והוא אומר: אסור
לזרת מהטה ללא נטילת ידים, ואם יוזדים
מהטה ללא נטילת ידים עלולים חס ושלום
לקבל מכה ולקיים הפסדים גדולים, וכל
מה שנגועים לפניו נטילת ידים נהיה טמא.

לְהַתְלִבֵּשׁ עֲדִין

או בשנאי מוסף דרשה לבחורים, ואומר שבלילה עירכים להתלבש בעדינותם עם בגדיו שנה, اي אפשר להסתובב בל' בגדי שנה, זה דבר שלא חייבי מאמין שהז קורה אם לא שראיתי את זה, ראיתי את זה בפעם הראשוונה לפני שיש עשרה שנה, בשהיה מלמד והיה בקעפם, ואני רואה ילדים הולכים לישן בל' בגדיו שנה, וחשבתי לעצמי: מה קורה אקס? איך אפשר לckett לישן בל' בגדיו שנה?! ובוחנים אומרים לי:



אם לעבד את שם", ומה שהגבור אמר לבעל תפלה: "שמעתי מהפלך שפֶל הפתאות אפשר להוציא את מי שנפל לתוכם חוץ מאדם שנפל לתאות ממון", ומה שהבעל תפלה אמר: "עדין אתם רוצים ממון? מפמון לא תדברו כלל".

אם אתה גר בארץ ישראל טע ליבנאיל עם הילדים שלו' לראות את בית המקדש שמהרא"ש בנה, תפצל מה כתוב בקנisa לבית המקדש; מוחרא"ש פלה שלט בקנisa לבית המקדש עם המלדים האלהו: "הבעל תפלה אמר: עדין אתם רוצים ממון? מפמון לא תדברו כלל".

כל פעם שאני זוכה להיות ביבנאיל אני הולך עוד פעם לבית המקדש הגדול רק כדי לראות את השלט זהה; זה מבנים בי בכל פעם התעוררות חזקה, לראות איך מוחרא"ש קיה כי עם השם יתברך, ואיך מוחרא"ש לקח את דברי רבינו בתמיות ובפשיותם בלי חכמוות ובלוי התהכמיות. תחזור על האקבב הזה שוב ונשוב.

...

(ספר עצתו אמונה חלק ו', מכתב תקי)



מדוז דפסח
בקול ברלכ

לשוניית כל שיעורי החינוך (פדייש)
morashah.yishiva.shlit'a@
ברלכ ברסלב
הקיים 1-2-4-2-1-
-שמעו ותהי נפשכם -

שפלוני עושה כן וכך, אלא הם ישמחו עם השמחה עצמה ויבנו שלוחרים אין וכו'.

הודו להשם שאצלו ביסודו בנויליאמסבורג מוכנים את הילדים לחיות כל אחד לעצמו ולא להספל על אחרים; שמים דגש חזק על זה - בעיקר אצל הבנות - שלא כל דבר שירוצים מבלים. מלמדים אומתים את הקידול בין מהו 'שאrics' לבין מהו 'שרוצים'.

נקח דגמא כדוגמא תחלת השנה, הזמן שאricsים להטבונן לשנת הלמורים החדרשה, אם עדין אפשר להשתמש עם היליקוט של שנה שעברה - לא 'זריכים', אך לשנת החדרשה; לפעם יכול להיות 'שרוצים' חדש, כי כל ילדים 'רווחה' דברים חדשים וipsis וכו', אבל מסבירים החדש בבית החנוך שילוקוט חדש לבנות בבראשית עולם וכי אפשר שדברים עולים וכי לא ננד להורים ולהיות ברואן, ולאיים שלא ילכו לבית החנוך עד שמקבלים חדש; אפילו שדבר פה בכספי קטן, אבל אם מוכנים את הילדים לזה הם יבינו את זה בשייגיע הזמן שלהם של החתונה או חבר מצונה והם יגשו לשמחה שמחים ומרקאים.

לכן אם אתה צריך עזה איך אפשר להכניס בילדים שלך את העניין של הילדים שלך הרבה הרבה וכדומה, תדבר עם בסעודת השבת תדבר הרבה על המעללה של לחיות עם השם יתברך, תספר להם את המעש מהבעל תפלה שרבינו זיל ספר לנו (סיפור מעשיות, מעשה ב), שהבעל תפלה קיה אומר לךם: "אין שום פקלית בזה העולם, כי

איך אפשר לנרט שילדים יסכימו לשמחות זולות? שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א, אם ירצה השם בקרוב אנחנו עומדים לעריך בר מזכה, ונחנו מתקבננים לעשות רק קדוש בשחת בית הבנשת, כפי שרראש הישיבה מעורר תמיד שלא כדאי לבזבז כל הרבה פסף על השעות הספורות של הארץ ובפרט שאין מאיפה לשלים את זה.

אבל הבעייה היא שבני, בחור הבר מזכה, מادر לא מרצה מזה. כמה שנשינו להסביר לו את הזכות הגדולה לעשות שמחה בזול ולא לפל לחובות - הוא לא רוצה להבין שחוקים ממנו שלא תהיה לו בר מזכה נורמלית באולם כמו בלם.

אני בטוח שאם הוא יקבל מכתב מרראש הישיבה שליט"א עם חזק על העין זהה, זה יתן לו בוחות לעשות את זה.

ישר בחר:
תשובה:

בעזורת ה' יתברך - יום ד' פרשת שמota, י"ח טבת, שנת תשע"ט לפרט קטן

לכבוד... גרו יאיר הפל תלוי בחנוך שנוגנים לילדים; ילדים שאגדלים בריים, שככל דבר שאricsים קוגנים וכל דבר שירוצים - כי יש זאת זה לשני - לא קוגנים, כמו כן ילדים שאגדלים עם חיים אמתים; שאדם חי לעצמו, הוא לא חי בגל שה שני חי - אני כמשמעותם לשמחות שלהם, גzon בר מצחה, מצחה וכדומה, הם לא יבקשו מההורים לערך שמחות יקרות בגל

לקבלת הגילון מדי שבוע יש לשלוח אמייל ל: jhbull234@gmail.com

קול בר+סלב

קוואל פון חיזוק (נשיים)
שיעורים; סיורי תפילה; מתקנים; ועוד
079-704-0069

ארצות הברית 9169 / 212-444-9060 / 845-351-9060 / אנגליה 03303502363
קנדה 438-320-9090

...

קול ברסלב
שיעורים; חיזוק יומי; ניגונים; סיורי תפילה ועוד
079-704-0066

ארצות הברית 0910-0910 / 212-444-9191 / 845-351-0910 / אנגליה 11552354370 / בליה 4383008080
קנדה 3235003461 / ארגנטינה 11552354370
מייל חיזוק יומי chizkyomi@gmail.com