המספיק גאזעט

נייעס און אנאליזן איבער
געזונטהייט און די אגענטור

JULY '18 • ISSUE NO. 160 • תמוז תשע"ח

המספיק אנקעטע

וואס איז אייער מערסט-באנוצטע געטראנק?
א: **דזשוס;** ב: **סאדע;** ג: **וואסער.**
צו ענטפערן אזן פאר די ענטפער פון פאריגן חודש: זעט זייט 10

אין ציפערן

75% אמעריקאנער ליידן פון כראנישע "דיהיידרעישאן"

10 טעג קען א געוועהנליכע מענטש איבערלעבן אן וואסער

וואסער

60% פון אייער גוף באשטייט פון וואסער (ביי ערוואקסענע)

אינספיראציע

עסט צו לעבן,
לעבט נישט צו עסן

ספעציעלע הילף

היסטארישער אנטוויקלונג:

ענדגילטיגער **"טריי קאונטי קעיר"** **"גרייטקייט-איבערזיכט"** דורך ניו יארק סטעיט באאמטע קומט ארויס מיט הערליכע צייכענונגען; **שענקט אפעציעלע "גרינע-ליכט"**

זייט 36 >>

די סמעטענע

צום געזונט

02 נייער מעדיצין פאר "מיעגרעין" קאפ-וויי אן זייטיגע אפעקטן

04 איבערוואג מיט אומרעגולירטע הארץ ראטעס גייען סינאנים

17 **קיין זארג:** אולטרא-סאונד ברענגט נישט קיין 'אויטיזם'

המספיק

03 "המספיק" פארגרינגערט דאס לעבן פון עלטערע פארפאלק

17 מוסד "אהבת גאלדא" רייכט הענט מיט המספיק רעספיט

18 צוזאמארבעט צווישן "המספיק קעיר" און נוירסינג היימען

פארשידענס

11 "ענדאקריניאלעדזשי"

14 געזונטע ציינער

המספיק נייעס

אינהאלטסרייכער שפיל - **"איך געדענק"** פארגעשטעלט דורך **"ראקלענד קאונטי המספיק רעספיט פראגראם"** מיט תלמידים פון מוסד **"אמרי שפר"**

"אונטערן זכרון - איך געדענק" א לעבעדיגע לעקציע אין מצות כיבוד אב ואם...

זייט 08 >>

טאבלעטן

פעדעראלע רעגירונג פארשפרעכט קאמף קעגן **אסטראנאמישע מעדעצין קאסטן**

זייט 20 >>

טאבלעטן

נייער מעטאד וועט ערזעצן ביז איצטיגע פיינפולע **רוט-קאנאל פראצעדור**

זייט 33 >>

גייענדיג צום דרוק

קאנגרעס **ערלויבט באנוץ** פון **אומבאשטעטיגטע מעדיצינען** פאר **שטערבליך קראנקע** פאציענטן.

עף. די. עי. **פארבאט באנוץ** פון פראדוקטן וואס פארמאגט דער "בענזאקעין" באשטאנדטייל געגוצט **צו בארואיגן ציינדלען-וווייטאג ביי קינדער.**

צום ערשטן מאל: סטראוק געשעדיגטע **מח צעלן ביי מייזן וואקסן צוריק** מיט נייע אנדעקטע "דזשעל".

דורכברוך: **האניג פארמאגט** אין זיך **כוחות אפצושלאגען אסטמא-אטאקעס;** דערלייכטערונג פאר די 25 מיליאן אסטמא-ליידנדע אין אמעריקע.

אולטרא-ריינע היימען קענען ברענגען **"לוקימיא" קענסער ביי קינדער רח"ל** וויבאלד דער קערפער איז **נישט געוואוינט** אפצושלאגען באקטעריע.

פארשער וואַרענען אז מענטשן וועלכע האבן איינגעפירט א **פאסטן-דיעטע** האבן א הויכע ריזיקע צו **אענטוויקלען טייפ 2. דיעביטיס.**

וויידער-באשטעטיגט: **עסן מער פיש** און **גרינצייגן** פארמיידט **"קנייטשן"** אויף די פנים אין די עלטערע יארן.

כינעזער שטודיע טרעפט אז עסן **1 אייער טעגליך** רעדוצירט הארץ-פראבלעמען ריזיקע.

מאכן **איבונגען מיט די פוס** איז קריטיש וויכטיג פאר דער **געזונט פון אייער מח** און **נערוו-סיסטעם.**

פארשער טרעפן פארבינדונג צווישן **שווערע אסטמא** און **הארץ פראבלעמען.**

פריימערי-קעיר צענטערן וועלן צושטעלן רוטינע די. ען. עי. (DNA) טעסטן.

באריכט: קינדער נעמען **וווייניגער אנטיביאטיקס,** און **מער עי. די. עידזש. די.** (ADHD) מעדעצינען.

אלערט: שעדליכע **"ליים-דיזיז"** וואס קומט פון **"טיקס"** געשטיגען אין די לעצטע וואכן **איבער גאנץ אמעריקע.**

דער פרעזידענט און דער אמעריקאנער געזונטהייט שעף **פארשפרעכט פרישע מיטלען** צו פארמיידן א פרישע **"איבאלא"** אויסברוך.

איבערוואג אין די **יונגע יארן** עפעקטירט דאס **לערנען און זכרון.**

צוואנציג ב-י-ל-י-א-ן דאלאר, און אויסטראלישע "אלצהיימערס" פאציענטן מיט **מינדערוויכטיגע מעדיצינען...**

אויסטראליע - וואו דער שטודיע איז דורכגעפירט געווארן פארמאגט 425,000 עלטערע מענטשן מיט "אלצהיימערס"

אויסטראליע – א שטורעם איז אנטשטאנען אין די מעדיצינישע וועלט נאכדעם וואס א אינטערנאציאנאלע שטודיע האט געוויזן אז עלטערע מענטשן וואס זענען פריש דיאגנאזירט געווארן מיט "אלצהיימערס" וועלן צוגעשריבן אומנויטיגע מעדיצינען.

די וועלט פארמאגט איבער 50 מיליאן מענטשן מיט וועלכע ליידן פון פארשידענע זכרון פראבלעמען. אין אויסטראליע וואו דער שטודיע איז דורכגעפירט געווארן פארמאגט 425,000 עלטערע מענטשן מיט "אלצהיימערס", וואס קאסט פאר די דארטיגע רעגירונג 20 ביליאן דאלאר א יאר.

דאס איז א אסטראנאמישע ציפער, און עקספערטן זאגען אז ווען דאקטוירים וואלטן געווען מער פארזיכטיג ביים פארשרייבן די סארט מעדיצינען וואלטן די אויסגאבן באטראפן פיל וווייניגער. די צאל מעדיצינען וואס זענען פארשריבן געווארן זענען געשטיגן מיט א 115 פראצענט העכערונג, און די באנוץ פון אפגעדינטע אומנויטיגע מעדצינען זענען געשטיגען מיט 17 פראצענט.

דער באריכט זאגט, אז די סארט מעדיצינען וואס נעמען אריין שלאפן טאבלעטן, מעדיצינען פאר וווייטאג און דיפרעסיע, וועלן געווענליך פארשריבן פאר קורצע טערמינען, אבער אין פאקט וועלן זיי באנוצט פאר לאנגע טערמינען, א שריט וואס שטעלט אריין פאציענטן אין געפארפולע פראבלעמען.

עף. די. עי. באשטעטיגט **נייער מעדעצין** פאר **"מיעגרעין" קאפ-וויי** אן זייטיגע אפעקטן

קאליפארניע - א נייער מעדיצין וועט אריין גיין אין באנוץ אין נאנטן צוקונפט, און עס וועט באקעמפן כראנישע קאפ-וווייטאג פאר מענטשן וועמען אנדערע מעדצינען העלפן נישט.

דער נייער מעדיצין וועט געווען מיטן נאמען ערענאמעב - עימאווימג "Erenumab Aimovig" -וואס באשטייט פון "אנטיבאדיס" – און עס ארבעט דורכ'ן בלאקירן א געוויסע "מאליקיול" וואס ברענגט די וווייטאג דורכאויס א מייגרען-אטאקע. די מעדיצין קומט אין פארעם פון א לאנג-טערמיניגע איינשפריץ וואס וועט צוריקהאלטן "מיעגרעין" נאך אייַדער זי אטאקירט די מענטש.

מער פון 37 מיליאן אמעריקאנער ליידן פון "מיעגרעין" אטאקעס, לויט א באריכט אין די "אמעריקן העדעק- סאסייעטי", צווישן זיי זענען פארהאן 4 מיליאן מענטשן וואס ליידן פון כראנישע 'מייגרעין' און ליידן פון אומדערטרעגליכע קאפ-וווייטאג, פאר 10 ביז 14 טעג א חודש.

אסאך מענטשן וועלן טאקע געהאלפן דורך די ביליגע אוועך-דע-קאונטער מעדיצינען ווי "טיילענאל" אדער "מאטרין", אנדערע דארפן צוקומען צו מער מאכטפולע מעדיצינען וואס פארשמעלערן די בלוט-אדערן אין מוח און עס ברענגט ביי טייל מענטשן ביטערע נאכווייען ווי איבלען און שווינדלעריען, אבער א גרויסע טייל "מיעגרעין" ליידנדע, דראפען זיך אויף גראדע וועלן נישט קענענדיג טרעפן א מעדיצין וואס זאל כאטש אפשטילן זייערע וווייטאגן.

דר. פיטער גאעטסבי, א באריכטע "פראפעסאר אוו נוראלעדזשי ביי די "קינגס קאלעדזש לאנדאן, יו-קיי און יוניווערסיטי אוו קאליפא־רניע, סאן פראנציסקא", זאגט אז דער נייער מעדיצין איז א היסטארישע דורכברוך און עס וועט אינגאנצן טוישן דער צוגאנג וויאזוי "מיעגרעין" וועלן באהאנדלט ביי מענטשן וואס קענען נישט טרעפן קיין רפואה, אדער בארואיגונג.

אין דער עקספערימענט, האבן אנטיילגענומען מערערע פאציענטן אין די עלטער פון 18 יאר און העכער, וואו זיי האבן געדארפט באריכטן צווישן 4 און פערצן "מיעגרעין" עפיזאדן, אדער 15 כראנישע 'מיגרעינס-פער-מאנאט" וואו מעדצינען האט זיי נישט געהאלפן, און די רעזולטאטן געווען שטוינענד: דער נייער מעדיצין האט רעדוצירט די ראטעס פון חודש'ליכע 'מיעגרעין' קאפ-וווייטאג מיט פופציג פראצענט פאר נאנט צו א דריטל מענטשן.

דער נייער מעדיצין איז אפעציעל באשטעטיגט געווארן דורך די "פוד-ענד-דראג אדמיניסטרעישאן" פאריגן מאי 17, און עס וועט געדעקט ווערן דורך מערערע אינשורענס פירמעס ענדע יאר.

מער פון 37 מיליאן אמעריקאנער ליידן פון "מיעגרעין" אטאקעס
אין בילד: דער נייער מעדיצין ערענאמעב - עימאווימג

ספעציעלע הילף

ענדלאזע מעגליכקייטן בס"ד...

קינגס קאונטי **המספיק פארגרינגערט דאס לעבן** פון **עלטערע פארפאלק**

פריוואטע שטוב ערהאלט לאגאלע "אוי-פי-דאבעליו-די-די" באשטעטיגונג צו ווערן טראנספארמירט אלס א גרופ-היים - ברענגט געוואונטשענע הילף און סערוויסעס בדרך כבוד, פאר חשובע פארפאלק לאויושט"א

פריוואטע שטוב באשטעטיגט געווארן אלס א גרופ-היים נאך המספיק שתדלנות

ווי דאנקבאר זענען מיר פאר אונזערע עלטערן וועלכע האבן זיך ארויסגעריסן אינמיטן נאכט פאר אונז, געשאקלט די וויגעלע אין די שפעטע נאכט שטונדן מיט אזויפיל ליבשאפט און איבערגעבנקייט; ווי שיין איז וועג מיר האבן די געלעגענהייט צוריקצוצאלן פאר אונזערע עלטערן דורכ'ן זיי מכבד זיין בדרך כבוד און זיי צושטעלן די בעסטע געהילפן און סערוויסעס אין זייערע גאלדענע יארן, דאס איז די רצון און ווילן פון יעדע געטרייע קינד, אבער געוויסע פאמיליעס טרעפן זיך אין א פלאנטער וועג זיי קענען זיך נישט ערלויבן און אהערשטעלן די נויטיגע סערוויסעס פאר זייערע עלטערן, און אפט מאל פאסירט אז מען האט נישט קיין אנדערע אויסוועג נאר אריינצושטעלן די עלטערן אין א אלטהיים און זיך פארלאזן אויף די חסדים פון פרעמדע פראפעסיאנאלן.

המספיק האט אבער ערנסט גענומען אין באטראכט די מערערע הילפס-רופן פון הונדערטער פאמיליעס מיט דעם פראבלעם און געוצט אירע ערפארונגען און קוואליפיקאציעס אינעם פעלד פון הילף פאר יונג און אלט, אין אלע הינזיכטן, און בס"ד באוויזן צו ברענגען א לעזונג דערפאר אויף מערערע פראנטן.

אבער פארט מאכט זיך פעלער וואס עלטערע פארפעלקער וועלכע זענען אונטער "אוי-פי-דאבעליו-די-די" (OPWDD) באקומען למעשה נישט די הילף וואס זיי דארפן וויבאלד ביידע פון זיי זענען פיזיש אדער גייסטיש באגרעניצט, און עס פארלאנגט זיך הילף פיר און צוואנציג שעה, און לויט די אומשטענדן איז נישט מעגליך געווען זיי צו פלאצירן אין א גרופ-היים.

אט אזא פאל איז אנגעקומען צו די אויערן פון המספיק ווו קינגס קאונטי פירערשאפט מיט א קורצע צייט צוריק. א געוויסע פארפאלק האבן זיך געענויטיגט אין רונדע די זייגער פראפעסיאנאלע קעיר; זיי האבן אין פאקט ערהאלטן געוויסע סערוויסעס אונטער "אוי-פי-דאבעליו-די-די" (OPWDD) אבער צוליב זייערע פיזישע און גייסטישע באגרענעצונגען האבן זיי זיך געענויטיגט אין געהילפן פיר און צוואנציג שטונדן א טאג א זאך וואס וואלט אין נארמאלע אומשטענדן בלויז געקענט צוגעשטעלט ווערן אויב ציען זיי זיך אריין אין א גרופ-היים.

אויסערליך האט עס טאקע געקענט אויסזען ווי א "טשעלענדזש", אבער ביי המספיק איז אזא שטרויכלונג ענדערש א סיגנאל פאר סוקסעס... איינמאל המספיק האט ערהאלטן דעם הילפס רוף פון זייערע קליענט, האט א גענויטע שטאב פון המספיק פראפעסיאנאלן אנגעקלאפט אויף ביוראקראטישע טירן, גענישטערט און געבלעטערט אין לעגאלע ביכער צו ענדגילטיג טרעפן א לעזונג פאר דער פארפאלק.

המספיק וו קינגס קאונטי האבן זיך אריינגעווארפן אין דער ארבעט מיט ברען און אייפער און געארבעט מיט די "אוי-פי-דאבעליו-די-די" (OPWDD) אז זיי זאלן אפעציעל אנערקענען די שטוב וואו דער פארפאלק וואוינט אצינד זאל לעגאל אנערקענט ווערן אלס א "גרופ-היים" אונטער דער סיסטעם וואס רופט זיך "אינדיווידשעלייזט רעזידענטשעל אלטערנאטיוו", (IRA) דאס זענען לאגאל באשטעטיגטע "גרופ-היימען", אזוי ארום צו ערמעגליכן פאר דער פארפאלק די קריטיש-וויכטיגע סערוויסעס אויף וואס זיי קוקן אזוי שטארק ארויס.

אין א זעלטענע שריט האט "אוי-פי-דאבעליו-די-די" (OPWDD) באשטעטיגט דעם פארלאנג, און לעגאל אנערקענט זייער שטוב אלס א גרופ-היים, וואו זיי באקומען די נויטיגע הילף פיר און צוואנציג שטונדן.

ביי המספיק איז א שטרויכלונג א שליסל צו א פרישע לעזונג.

הוי מקבל את כל האדם וכו'

ביהמ"ד "שער השמים" אין וועסלי הילס געגנט קומט נאך געברויכן פון **"ספעציעלע מתפללים"** מיט זעלטענעם איינפיר

דער פראכטפולער ביהמ"ד "שער השמים" ענטפאנגט די טייערע בחורים מיט וואראמקייט יעדן שב"ק

אז איר שפאצירט אריין אין דער עלעגאנטער ביהמ"ד "שער השמים" אין דער וועסלי הילס געגענט אין ראקלענד קאונטי, וועט איר באלד באגעגענען א פראפעסיאנאלער געדרוקטע שילד וואס געט ספעציעלע אנווייזונגען פאר די דארטיגע מתפללים.

דער שילד שטעלט פאר א קלארע מאפע פונעם ביהמ"ד מיט אנווייזונגען וויאזוי די זיצן זענען אויסגעשטעלט, מיט די נעמען פון די קהילה מיטגלידער א.א.וו. – אבער דער שילד איז בכלל נישט אין פארגלייך מיט אנדערע געוועגליכע שילדן אדער פלאקאטן וואס מען טרעפט אין אלגעמיינע בתי מדרשים נאר זי איז אויסנאמליך און ספעציעל, נעמליך, דער שילד פארמאגט ספעציעלע אנווייזונגען איבער א נייעם דעזיגנירטע אפטיילונג אינעם ביהמ"ד אויסשליסליך און ספעציעל אהערגעשטעלט פאר די טייערע מתפללים וועלכע זענען אנגעשלאסן אונטער המספיק.

יעדן שב"קויו"טנעמען אנטייל אין די וואראמע תפילות א שיינע צאל "המספיק רעזידענטן" וועלכע וואוינען ביי דער דערנעבנדער המספיק "ארקעדיען-ברודערהיים" וואו זיי ווערן אויפגענומען דורך די ארטיגע מתפללים און דער חשובער רב הביהמ"ד הרב ר' יוסף ווינער שליט"א מיט א גיוואלדיגע וואריימקייט און איין שטיק הארץ אן ערשיינונג וואס ברענגט אריין א באקוועמליכקייט און א זיסן טעם אין די בחורים שיחי', אבער וויבאלד צווישן זיי געפונען זיך עטליכע מיט פיזישע באגרענצונגען האט דער קהילה ספעציעל דעזיגנירט עטליכע רייען פון

זייט 09 »

המספיק נייעס

אין די העכערע ספערן...

בחורים פון "ראקלענד קאונטי המספיק דעי-העב" **באזוכן וועסטשעסטער קאונטי לופטפעלד"**

אויספלוגן ביי די מענער-דעוויזיע פון "ראקלענד קאונטי המספיק דעי-העביליטעישאן" איז קיין חידוש. די בחורים ווערן כסדר געפירט צו מערערע אינטערעסאנטע ערטער זיך אנצושעפן מיט פרישע כוחות, און אין די זעלבע צייט געניסן זיי פון פארגעניגען און הנאה.

די געניטע שטאב מיטגלידער, אין שפיץ פון דער ענערגישער ר' פינחס קנאפלער, באווייזן דאס אומגלויבליכע מיט'ן ארויפברענגען די רעזידענטן צו זייערע העכסטע מעגליכקייטן און פארעם פון אויספלוגן און אינטערעסאנטע אקטיוויטעטן. די אויספלוגן זענען נישט בלויז אינטערעסאנטע אונטערהאלטונגען, נאר זיי ווערן אויסגענוצט ארייגצוברענגען אין די טייערע בחורים פארשידענע אינטערעסאנטע אינפארמאציע איבער היסטארישע פאקטארן ביי די פלעצער וואס זיי באזוכן וואס באררייכערט זייערע ידיעות, און עס טוט אסאך ביישטייערן פאר א געזונטע לעבענס אנטוויקלונג.

די טייערע בחורים זענען געווען אין די הימלען הערנדיג אז דער איצטיגער אויספלוג איז גאר א ספעציעלע, נעמליך, מען גייט אפשטאטן א באזוך ביי דער פאפולערע "וועסטשעסטער קאונטי לופטפעלד".

צום באשטימטן צייט האבן זיך די אריבער 20 בחורים ארויסגעלאזט צום לופטפעלד אין באגלייטונג פון זייערע געטרייע "דירעקט סופארט" פראפעסיאנאלן. די וועג איז נישט געווען קיין לאנגער, אבער אויפגעהאלטן דארטן האבן זיי זיך פאר א לענגערע צייט וואו זיי האבן מיטגעהאלטן וויאזוי די עראפלאנען הייבן זיך אין דער לופטן און לאנדן איבער די ראנוועיס, א פרעצעדור וואס האט ארויסגערופן וואונדער ביי די בחורים וועלכע זענען געווען טיף באגייסטערט נאכן עס בייוואוינען צום ערשטן מאל פון דערנאנט.

די פרייד איז געקומען צום אויסדרוק ווען די בחורים האבן מיטגעטיילט זייערע פערזענליכע איבערלעבענישן איבער פלי-רייזעס וואס זיי האבן פערזענליך בייגעוואוינט אין זייערע פאמיליעס, און עטליכע פון די בחורים זענען געווען פרייליך צו קענען דערציילן וויאזוי זיי האבן זעלבסט מיטגעלעבט די ערפארונג פון א פלי-רייזע.

די המספיק איינגעשטעלטע האבן נישט נאר דירעקטירט און באגלייט די בחורים, נאר ווי דערמאנט געשילדערט אביסל איבער די היסטאריע פונעם לופטפעלד און זיי געגעבן צו פארשטיין וויאזוי דער פרעצעדור ארבעט.

די בחורים האבן מיט וואונדער באטראכט די נפלאות הבורא וויאזוי פליגער'ס הייבן זיך און לאנדן, דערביי הערנדיג אז דער אינטערעסאנט־ער פאקט אז דער "וועסטשעסטער קאונטי לר פטפעלד" איז גאר געבויט געווארן דורכאויס די צווייטע וועלט קריג אין יאר 942' דינענדיג אלס א היים צו דער לופט קרעפטן פון די "נעשענעל גארד" אפטיילונג וואס האבן באשיצט די ניו יארק סיטי סופליי סיסטעם. אום מאי 983' ווען די וועסטשעסטער פאפולאציע האט זיך פארג־רעסערט האבן זיי זיך אריבערגעצויגען צו דער "סטוארט אינטערנעשענאל לופטפעלד" וואס געפונט זיך אין ארענדזש קאונטי.

די בחורים האבן זיך נישט געקענט גענוג אפוואונדערן פון די אומגלויבליכע סצענעס וואס האט זיי געברענגט אנצופרעגן זייערע טייערע באגלייטער פארשידענע פראגעס וועלכע זענען געענטפערט געווארן מיט געדולט און ליבשאפט.

די בחורים זענען טאקע נישט זעלבסט געפלויגן מיט די פליגערס, אבער פארט זיך ממש געשפירט אין די העכערע ספערן, און זיך נישט געקענט גענוג באדאנקען פאר זייערע געטרייע באגלייטער.

אין די העכערע ספערן: איינע פון די טייערע בחורים באטראכט מיט וואונדער ווי פליגערס הייבן זיך און לאנדען.

איבערוואג

שטודיע באשטעטיגט:

איבערוואג מיט **אומרעגולירטע הארץ ראטעס** גייען סינאנים

דער "פען סטעיט קאלעדזש אוו מעדיצין" וואו די שטודיע איז דורכגעפירט

פענסילוועניע - לויט פארשער ביי "פען סטעיט קאלעדזש אוו מעדיצין", וועלן מענטשן מיט איבערוואג האבן א גרעסערע שאנס צו ליידן פון שנעלע, און אומרעגולירטע הארץ ראטעס, א צושטאנד וואס ווערט אנגערופן אין מעדיצינישן דזשארגאן "אטריאל פיברילעישאן", וואס קען פירן צו סטראוקס, הארץ פראבלעמען און אנדערע געזונטהייט קאמפליקאציעס.

פאר 8 יאר נאכאנאנד, האבן פארשער נאכגעקוקט א גרויסע גרופע מענטשן וואס זענען געווען איינגעטיילט אין צוויי: איין גרופע האט געליטן פון איבערוואג, און די אנדערע גרופע האבן געהאט א געזונטע, באלאנסירטע וואג.

די רעזולטאטן האבן געוויזן אז די איבערוואגיגע מענטשן האבן געהאט א 40% העכערע ריזיקע צו אנטוויקלונגען הארץ פראבלעמען.

אבער ווי דאקטורים זאגן, האט דער מענטש די מעגליכקייט פטור צו ווערן פון "אטריאל פיברילעישאן" דורכ'ן פארלירן וואג, און פירן א געזונטע לעבענס-שטייגער.

Hamaspik Gazette

© June '18 All Rights Reserved

Published Monthly by NYSHA, Inc.
Distributed free USPS Presorted Non-profit Mail
Postmaster: Return service requested

EXECUTIVE DIRECTOR: Meyer Wertheimer
TEL: 845-503-0212
FAX: 845-503-1212
MAIL: Hamaspik Gazette,
58 Rt. 59, Suite 1,
Monsey, NY 10952

Summer Giveaway

IDEAL FOR COUNTRY, YOUR SECOND HOME.

ITALIAN FLAVIA BEDROOM SET, NOW FOR INCREDIBLE PRICE

LIMITED STOCK ORDER NOW!

CHASUNA DEPOT

Brooklyn:
774 Bedford Ave.
Brooklyn, NY 11205
718.237.3600

Monsey:
389 RT. 59
Spring Valley, NY 10977
845.371.9700

Monroe:
51 Forest Rd.
(KJ Shopping Center)
845.781.7772

QUALITY FOR LIFE

איבער וואג, איבערוואג און איבונגען

לאנדאן מעיאר שטעלט ארויס פלאן צו **פארבאטן רעקלאמעס** איבער אומגעזונטע עסן

דער לאנדאנער מעיאר טענה'ט אז ער וויל רעדוצירן די איינפלוס און דרוק וואס די עסן פירמעס שטעלן ארויף אויף די יונגווארג צו מאכן אומגעזונטע באשלוסן.

לאנדאן – אין א שריט צו אפשטעלן איבערוואג ביי יונגע קינדער האט דער לאנדאן מעיאר סאדיק קאן געמאלדן א פלאן צו פארבאטן עסן רעקלאמעס איבער אלע טראנספארטאציע מיטלען איבער לאנדאן.

אויב זיין נייער פלאן וועט באשטעטיגט ווערן וועט פארבאטן ווערן ארויסצושטעלן רעקלאמעס איבער אומגעזונטע עסן ביי דער "לאנדאן אנדערגראונד", איבער די שאסייען, באסעס, און באס שעלטערס. דער פלאן וועט אונטערגעשטיצט דורך געזונטהייט עקספערטן אין לאנדאן, אבער דער אדוועטרטייזמענט אסאסיאציע טענה'ט אז עס וועט נישט צופיל אויסמאכן און עס וועט נישט טוישן דער ביז איצטיגער אומגעזונטע דיעטע סטאנדארט איבער לאנדאן.

דער מעיאר טענה'ט אז ער וויל רעדוצירן די איינפלוס און דרוק וואס די עסן פירמעס שטעלן ארויף אויף די יונגווארג צו מאכן אומגעזונטע באשלוסן.

א וואלטזאגער פאר זיין אפיס זאגט אז דער פארבאט וועט זיך בעיקר קאנצענטרירן איבער רעקלאמעס וועלכע שטעלן ארויס עסן און טרונקן וועלכע זענען פיל מיט פעטן, זאלץ און צוקער.

אין ליכט פון דער מעלדונג האט מען געהערט נאכאנאנדע קריטיק פון א צאל גרויסע עסן פירמעס, אבער דער מעיאר האט זיי קלאר געלאזט וויסן אז אויב זיין פלאן וועט באשטעטיגט ווערן וועלן זיי נישט אזוי ווייט אפעקטירט ווערן, נאר פארקערט אז עס וועט זיי געבן די געלעגנהייט צו טוישן זייערע רעקלאמעס פון אומגעזונטע עסן און טרונקן צו געזונטע מאכלים אזוי ווי גרינצייגן און געבאטעלטע וואסער ★

וויטאמין די. פאר יונגע קינדער מיט **נערונג פראבלעמען**

לאנדאן - די וויכטיגקייט פון וויטאמין די. איז צוריק אויף די ארענע... דאסמאל אונטער א שטודיע וואס איז גאר דורכגעפירט געווארן ביי דער "פאנדזשעב - יוניווערזיטעט" אין פאקיסטאן... און דער "קווינס מערי אוניווערזיטעט" אין לאנדאן. ארטיגע פארשער האבן אנדעקט אז קינדער וועלכע זענען צוריקגעבליבן אין זייער וואג, און האבן צוליב דעם נישט גענעריג אנטוויקלט שפראך און קאמיוניקאציע זאלן געגעבן וועלן א הויכע דאזע פון וויטאמין די. וועלכע וועט זיי העלפן גרייכן א געזונטע וואג און נאטורליכע אנטוויקלונג.

וויטאמין די – וואס ווערט אנגערופן דער 'זון-שיין וויטאמין' –ברענגט מערערע געזונטהייט בענעפיטן פארן קערפער און מוסקלן, און וויפיל מען זאל איר שטודירן וועט מען אלס אנדעקן אז וויפיל מען האט געוואוסט ביז היינט איבער אירע בענעפיטן איז נאך פארהאן אסאך וואס מיר ווייסן נישט. דאסמאל איז עס דער רעדע פון קינדער וועלכע האבן זיך נישט גענעריג אנווויקעלט.

דער הויפט שרייבער פון די שטודיע דר. דזשאוועריע סאלים פון דער "פאקיסטאנער יוניווערזיטעט" און "קווין מערי אוניווערזיטעט" אין לאנדאן זאגט אז הויכע דאזעס וויטאמין די. העלפט אומאנטוויקלטע קינדער צובאקומען א געזונטע וואג. ווי ער זאגט וועט דער נייער ערפינדונג טוישן דער ביז-איצטיגע צוגאנג וויאזוי די סארט קינדער ווערן באהאנדלט, און עס האבן א פאזעטיווע עפעקט אויף די 20 מיליאן קינדער וואס ליידן פון דער סארט פראבלעם אלוועלטליך.

די קינדער מיט די סארט פראבלעם ווערן ביז היינט באהאנדעלט דורכ'ן אריינעמען מאכלים וועלכע האבן א גרויסע מאס ענערגיע. אין דער שטודיע האבן פארשער אריינגענומען נאנט צו 185 קינדער אין עלטער פון 6 יאר, ווי זיי זענען געפיטערט געווארן פאר א צייט אפשניט פון 8 וואכן מיט מאכלים וואס פארמאגן א הויכע מאס ענערגיע. א טייל פון זיי זענען אבער אויך צוגעטיילט געווארן א הויכע מאס וויטאמין די. נאך 8 וואכן האט זיך ארויסגעשטעלט אז די קינדער וואס האבן אויף גענומען וויטאמין די. האבן צוגענומען א סאך וואג, און אזוי האט זיך באלד דערקענט א דראסטישע פארבעסערונג אין זייער קאמיוניקאציע און באווגונגען. ★

רעגולאציע וועט פאדערן **עסן געשעפטן** ארויסצושטעלן **קאלעריע-מאס**

וואשינגטאן - די פעדעראלע עסן און מעדיצין אדמיניסטראציע" האט געמאלדן אז א נייער רעגולאציע וואס פארלאנגט פון רעסטראנטן און עסן געשעפטן וועלכע האבן מער פון 20 קייט-געשעפטן ארויסצושטעלן די מאס קאלעריס וואס די עסן פארמאגט גייט אפעציעל אריין אין קראפט.

דער נייער מאנדאט וואס איז אפעציעל ארויסגעשטעלט געווארן פארן פובליק אין יאר 10' אלס טייל פון דער "עפארדעבל קעיר אקט" האט געזאלט אינפארסירט ווערן אין יאר 15' אבער עס האט זיך פארשלעפט נאכדעם וואס גרויסע רעסטוראנטן פירמעס האבן געשטעלט א ווידערשטאנד קעגן דער נייער רעגולאציע.

אבער אצינד וועט עס אפעציעל ווערן איינגעפירט און אינפארסירט, און עסן געשעפטן וועלן געצווינגען ווערן ארויסצושטעלן די צאל קאלעריעס אין די עסן וואס ווערט ארויסגעשטעלט פאר די קונדן.

עף. די. עי. קאמישאנער סקאט גאטליב האט געזאגט אין א סטעיטמענט אזא אנקעטע צייגט אז די קאסטומערס זענען שטאק פאראינטערעסירט צו וויסן די אינפארמאציע און אסאך מענטשן נוצן די אינפארמאציע אלס טייל פון זייערע באמיאונגען צו פארבעסערן זייער דיעטע און געזונט. ★

המספיק נייעס

עליונים ששו ותמתונים עלזו:

ל"ג בעומר און שבועות ביי המספיק פאמיליע, א פלאם פייער פון התרוממת הנפש

שמחה דקדושה: טייערע בחורי חמד שטעלן אהער קונצליכע האנט-געמאכטע בלומען לכבוד יו"ט שבועות
אין בילד: ארקעדיען ברידער-היים פריש ציגעגרייגט לכבוד יו"ט שבועות

יעדע טאג קען באמת אנגערופן ווערן א "יום טוב" ביי המספיק; אין פשוט'ן אפ־טייטש, א גוטער טאג... די טעגליכע פרא־גראמען, אינהאלסטרייכע פארשטעלונגען, געטרייע שטאב מיטגלידער, איין ליבליכע פאמיליע, געטריישאפט און איבערגעגע־בנקייט, געשמאקע מאכלים און געבעקסן, תפילות און בקשות צום הייליגן באשעפער. אבער ווען עס קומען די ליכטיגע ימים טו־בים, איז אין א בחינה פון מוציא חמה מנרתי־קה, עס שיינט נאך מער, יעדעס קינד איז איין שטיק ליכטיקייט.

און דאס האט מען געזען דעם פאריגן ל"ג בעומר אינערהאלב המספיק, און אזוי אויך דורכאויס דעם הייליגן יו"ט שבועות, זמן מתן תורתינו.

המספיק רעזידענטן האבן מיטגעלעבט פרייליכע שעות פון פארגעניגען דורכאויס דעם פאריגן ל"ג בעומר מיט דערהויבענע טענץ און געשמאקע פארברענגען ביי סעודות וואס זענען אפגעראכטן געווארן כיד המלך ביי אלע המספיק היימען. איין שטיק פייער האט געהערשט ביי עטליכע גרופ-היימען ווען די הדלקות זענען אנגעצינדן געווארן לכבוד התנא אלוקי רבי שמעון בר יוחאי, און די רעזידענטן און זייערע שטאב מיטגלידער האבן זיך געהויבן אין דער לופטן אנכאפנדיג זיך איינער דעם צווייטן זינגנדיג איש אלוקים קדוש הוא אשרי עין ראתו מיטן גאנצן ברען און אייפער.

"די פרייד האט אראפגעשיינט פון די געזיכטער פון יעדן איינעם באזונדער אויף א פארנעם ווי קיינמאל פריער." דערציילט א שטאב מיטגליד ביי איינע פון די המספיק היימען. "דאס זענען געווען גאר געהויבענע מאמענטן וואס די רעזידענטן וועלן נישט אזוי שנעל פארגעסן".

די געטרייע מענעדזשער פון המספיקס קינגס קאונטי סאוט 9 שוועסטערהיים, מרת צימענט און איר געהילף מענעדזשער מרת וואלטער האבן אויך צוגעשטעלט א ריזן אויסוואל פון נערהאפטיגע מאכלים, בשר ודגים וכל מטעמים אלס טייל פון דער פייערדיגע ל"ג בעומר פראגראם, בשעת ביי המספיקס קאנקארד שוועסטערהיים אין ראקלענד קאונטי זענען די רעזידענטן געזיצן ארום א טיש און אהערגעשטעלט מייסטערהאפטיגע קונץ-ווערק מיט זייערע בלויזע הענט, אהערשטעלנדיג הערליכע קאלירפולע בלומען לכבוד דעם הייליגן יו"ט שבועות וועלכע האט אריינגעברענגט א שמעקעדיגע אטמאספערע און א יו"ט'דיגע גייסט.

די הכנות זענען טאקע געווען דערהויבענע, אבער ווען דער יו"ט אליינס איז אנגעקומען זענען די טייערע המספיק רעזידענטן אריינגעגאנגען אין א דערהויבענע גייסט אויף א פארנעם פון מועדים לשמחה חגים וזמנים לששון, ווערנדיג ארומגענומען מיט ווארימקייט און התרוממות הנפש וואס דער פעדער איז צו ארעם צו שילדערן.

אין אלע גרופע-היימען האבן געטרייע שטאב מיטגלידער אפגעראכטן דעם יום טוב ככל משפטו וחוקתו מיט'ן גאנצן ברען און געשמאק, מיט אלעהערליכע מנהגים, זמירות און יו"ט'דיגע געזאנגען געבנדיג פאר די חשוב'ע רעזידענטן א ריכטיגע היימישע און דערהויבענע יום טוב.

לאנגע וואכן נאכדעם וואס די געשמאקע קעז-קרעפלעך וועלן שוין זיין א פארגאנגענהייט, וועלן אבער די זיסע זכרונות געדענקט ווערן מיט נאסטאלגיע און באגלייטן די רעזידענטן ביז דער קומענדיגער יו"ט שבועות וואס וועט געפראוועט ווערן אויפ'ן זעלבן פארנעם.

שישו ושמחו בשמחת תורה

טאלאנטפולע המספיק רעזידענטן שטעלן אהער מייסטערהאפטיגע קונץ-ווערק און געשמאקע קרעפליך לכבוד יו"ט

המספיק נייעס

א לעבעדיגע לעקציע אין מצות כיבוד אב ואם...

אינהאלטסרייכער שפיל פארגעשטעלט דורך ראקלענד קאונטי **המספיקס רעספיט פראגראם** אין קאמבינאציע מיט תלמידי **מוסד אמרי שפר**

מיט'ן הער מייעסטעט...

געלונגענע שפיל צווישן טאלאנטפולע "אמרי שפר" תלמידים אינאיינעם מיט די בחורים פון המספיק רעספיט פראגראם

א דראמאטישע מאמענט...

צום באפעל...

וועלוול ציג, טאלאנט און געפיל

די טייערע בחורים פון המספיק אוו ראקלענד קאונטי דעי-העב האבן מיטגעלעבט דראמאטישע און זעלטענע מאמענטן דורכאויס א העכסט-געלונגענע פארשטעלונג וואס איז אראנדזשירט געווארן אין די עלעגאנטע זאלן פון "המספיק טערעס" וועלכע איז סטאנציאנירט אין דער המספיק מאנסי-האב געביידע אין ראקלענד קאונטי.

עס איז נישט דאס ערשטע פארשטעלונג וואס ווערט צוגעשטעלט אינערהאלב המספיק, אבער דאסמאל האט עס געטראגן א ספעציעלער באדייט וויבאלד דער פארשטעלונג איז ארגאניזירט געווארן אין קאמבינאציע מיט די טייערע תלמידים פון דער בארימטע תלמוד תורה אמרי שפר אין מאנסי.

איינע פון די אנגעזענע בעלי מחנכים אינערהאלב "תלמוד תורה אמרי שפר" איז הרה"ג רבי יואל טייטלבוים שליט"א, וואס חוץ פון זיינע איבערמידליכע כוחות וואס ער לייגט אריין אין די קינדער ברוחניות, נוצט ער אויס זיינע טאלאנטן און ספעציעלע פארשטאנד אין די הצלחה פאר די טייערע תלמידים בגשמיות. אלס טייל פון זיינע געדאנקן אונטערצוהאלטן זיינע טייערע תלמידים האט ער זיך ערקלערט צו אזא געדאנק: די תלמידים פון אמרי שפר וועלן אהערשטעלן א מייסטערהאפטיגע שפיל אינאיינעם מיט די טייערע ספעציעלע בחורים פון המספיק אוו ראקלענד קאונטי.

הרב טייטלבוים וועלכע האט א ספעציעלע געפיל און פארשטאנד צו די סארט בחורים און זייערע באדערפנישן איז אויפגעקומען מיט דער געדאנק, און זיך נישט פארזוימט קיין מינוט נאר זיך טעלעפאניש פארבינדן מיט דער בארימטער פערזענליכקייט, הרה"ח ר' וועלוול ציג הי"ו.

וועלוול ציג: טאלאנט און געפיל

ר' וועלוול ציג איז נישט בלויז א נאמען, נאר א בארימטער פיגור אינערהאלב די אידישע חדרים אין ראקלענד קאונטי. ר' וועלוול איז א טאלאנטפולער אינגערמאן מיט א ענדלאזע מאס ענערגיע וועלכע איז באוואוסט ביי די קינדערלעך אין מאנסי - אלס א דראמאטישע בעל דרשן און שפעריישער טאלאנט. וועו ר' וועלוול שטעלט זיך צום מיקראפאון בלייבן די קינדער צוגעשמידט צו זייערע בענקלעך מיט אנגעשפיצטע אויערן נישט וועלנדיג פארפאסן א וואורט. אבער דאס איז נישט בלויז וואס ר' וועלוול טוט. ער איז דער באקאנטער דירעקטאר פון "המספיק אוו ראקלענד קאונטי" עפטער-סקול רעספיט פראגראם (ASR) צו וועמענס קרעדיט עס ווערט צוגעשריבן איר אומגלויבליכע סוקסעס און שם טוב.

הרב טייטלבוים האט אן קיין באזונדערע הקדמות פארגעשלאגען פאר ר' וועלוול זיין פלאן, אהערצושטעלן א געמיינזאמע דראמאטישע שפיל צווישן אויסגעקליבענע טאלאנטפולע "אמרי שפר" תלמידים אינאיינעם מיט די בחורים פון זיין רעספיט פראגראם". ר' וועלוול האט שטארק געגליכן דער געדאנק, און פון דער טעלעפאן רוף ביז דער געדאנק איז געווארן אויסגעפירט אין רעאליטעט, האט נישט גענומען קיין לאנגע ווייטע.

מיט איין יאר פריער האבן די קינדער אונטער המספיקס רעספיט פראגראם אהערגעשטעלט א העכסט-געלונגענע שפיל איבער דעם הייליגן יו"ט פורים, און עס איז געמאכט געווארן בלויז פאר די בחורים אינעם פראגראם, און איז פארגעקומען געווארן אין דער געביידע וואו דער רעספיט פראגראם איז אינקווארטירט.

"דאס יאר האבן מיר זייער געוואלט אהערשטעלן עפעס אויסערגעווענליך", זאגט ר' וועלוול פאר גאזעט, "אז עס איז אונטערגעקומען די געלעגענהייט עס צו קאמבינירן מיט "אמרי שפר" זענען מיר געווען גרייט דערפאר."

א העכסט-דראמאטישע שפיל, מיט יונגע טאלאנטן

די עלעגאנטע זאלן פון "המספיק טערעס" אין מאנסי האט באקומען גאנץ אן אנדערע פנים יענעם זונטאג אינדערפרי. דער זאל איז הערליך דעקאריירט געווארן מיט די נויטיגע פלאטפארמעס און אלע צוגעהערן וואס עס פעלט זיך אויס פארן שפיל. א גרויסער פורהאנג איז אריפגעשטעלט געווארן פארנט פונעם פלאטפארמע, וועו אונטער איר זיצן די אקטיארן איינגעהילט אין זייערע ספעציעלע מונדירן וואס זענען אויסדערוועלט געווארן גוט אראפצומאלן דער געשיכטע. ביי דער זייט זיצט דער טאלאנטפולער מוזיקאנט גוט טרענירט פון פאראויס וועלכע וועט באגליייטן דעם שפיל מיט זיינע מוזיקאלישע אפעקטן וועלכע וועט צוגעבן צו די דראמא און אויטענטישקייט פון דער געשיכטע.

דער מעמד איז געווען ספעציעלער וועו איינגעשטעלטע און תלמידים פון אמרי שפר און שטאב מיטגלידער און תלמידים פון המספיק אוו ראקלענד קאונטי רעספיט פראגראם האבן זיך געטראפן אונטער אייך דאך, אלע פארן די זעלבע צוועק און מיטן זעלבן ציל: אהערצושטעלן א פראפעסיאנאלע, אינהאלטסרייכע שפיל באזירט אויף א באלערנדע געשיכטע וואס וועט אריינברענגען אין די צוקוקער א לעבעדיגע מוסר השכל איבער כיבוד אב ואם.

די לאנגע רייען פון בענקלעך וואס זענען אויסגעלייגט געווארן פארנט פונעם פלאטפארמע זענען שנעל באזעצט געווארן, נישט נאר דורך די בחורים פונעם ראקלענד קאונטי רעספיט פראגראם, נאר א קאראוואן פון באסעס האבן אריינגעברענגט די טייערע בחורים פון המספיק אוו ארענדזש קאונטי. "דער שפיל

זייט 09 »

די דעי-העב פרויען ווערן אראפגעזעצט אין א רינג וואו זיי ווערן פארגעשטעלט פארשידענע פראזעס

אין פולן זין פון וואַרט...

נייער "קאמוניקאציע-סעסיע" ביי ראקלענד קאונטי המספיק'ס דעי-העב, וואַרעם באגריסט

קאמוניקאציע איז שפראך, שפראך איז לעבן; — ביי המספיק ווו ראקלענד קאונטי דעי-העב — פרויען דעווידזיע — איז קאמוניקאציע דער שליסל צו סוקסעס, און כדי צו פארגרינגערן די לעבן פון די טייערע רעזידענטן האבן די געטרייע שטאב מיטגלידער ביי המספיק דעי-העב אין ראקלענד קאונטי אהערגעשטעלט געווארן א נייער העכסט-געלונגענער "קאמוניקאציעס-פראגראם" וואס שענקט פרישע מעגליכקייטן פאר אירע טייערע רעזידענטן.

דער פראגראם ווערט אנגעפירט דורך איר טאלאנטפולע דירעקטאר, די חשובע מרת שאנפעלד שתחי', וועלכע שטייט אין שפיץ פון דעם גאנצן פראגראם און מאכט זיכער אז די רעזידענטן באקומען נייע באגריפן אין שפראך, הבנה, און קאמוניקאציע, וואס עפענט פאר זיי נייע וועלטן פון סאציעלע קוואליפיקאציעס וואס פארגרינגערט זיי אויף א טאג טעגליכן פארנעם.

מענטשן מיט פיזישע באגרעניצונגען וועלן אין רוב פעלער נישט פארמאגן קיין שליטה איבער'ן דיבור; זיי דערזען זיך אין אין א פראבלעם ווען עס קומט זיך אויסצודרוקן און מיטטיילן מיט אנדערע זייערע פערזענליכע געפילן, אבער זינט דער נייער "קאמוניקאציע פראגראם" איז איז אריין אין קראפט אויף א ווענטליכע פארנעם, זעט מען אן אויף זיי דראסטישע און פאזיטיווע ענדערונגען אינעם געביט פון אויפפירונג און אינטעראקציע מיט פריינט, שטאב איינגעשטעלטע און זייערע פאמיליע מיטגלידער.

דער סעסיע ווערט אפגעהאלטן אויף א העכסט-פראפעסיאנאלע פארנעם, פארט היימיש און געשמאק, געמישט מיט 'אינגרידיענטס' פון שמחה און אנערקענונג, אין די זעלבע צייט. די רעזידענטן ווערן אראפגעזעצט אין א רינג ווי זיי ווערן פארגעשטעלט פארשידענע פראזעס איבער ספעציפישע פון בעפאר אויסדערוועלטע טעמעס, און מיט ספעציעלע מעטאדן ווערן זיי אויסגעשארפט און מער געשליפן.

די חשובע מרת שאנפעלד שתחי' וועלכע שטייט אין שפיץ פון דער פראגראם זאגט פארן גאזעט, "דער סעסיע איז געמאכט געווארן זיי צו געבן די זעלבסט-זיכערקייט צו רעדן און זיך אויסדרוקן, מיר ציילן זיי צו ברענגען צו א העכערן שטאפל".

« זייט 03

ביהמ"ד "שער השמים" אין וועסלי הילס געגנט קומט נאך געברויכן פון "ספעציעלע מתפללים"

זיצן וועלכע געפונען זיך נענטער צו דער הויפט אריינגאנג צו פארגרינגערן און נאכקומען זייערע געברויכן.

דער געניאלן און אומגעוועניליכע שריט איז ברייט באגריסט געווארן דורך המספיק פירערשאפט, און איבערהויפט דורך די טייערע רעזידענטן אין זייערע עלטערן וועלכע זענען זייער דאנקבאר פאר די דארטיגע הנהלת הקהילה פארן אונטערנעמען אזא הערליכע שריט און זיך רעכענען מיט זייערע געפילן און ספעציעלע אייגענשאפטן.

דער נייער איינשטעל האט ביים ערשטן שבת שוין געווייזן אירע געוואלדיגע בענעפיטן ווען געוויסע מתפללים פונעם שכינות'דיגן "ארקעדיען-ברודערהיים" וואס זענען אנגעווייזן אינעם רעדער-שטוהל האבן לייכטערהייט געקענט קומען און גיין ווען עס האט זיך אויסגעפעלט, אן קיין באזונדערע שווערקייטן, אדאנק דער געלונגענער איינפיר.

דער באגאבטער מענעדזשער פון "המספיק ארקעדיען ברודערהיים" מוה"ר שלמה לעבאוויטש הי"ו ערקלערט פארן גאזעט "המספיק רעזידענטן קומען שוין אין דעם שול פאר לאנגע יארן ווי זיי זענען אלס אויפגענומען און אקצעפטירט געווארן מיט ליבשאפט און פארשטאנד, און אצינד האט דער רב שליט"א מיט די קהילה געברענגט דעם "הוי מקבל את כל האדם בסבר פנים יפות" צו נייע באגריפן."

וואויל איז זייער חלק!

« זייט 08

א לעבעדיגע לעקציע אין מצות כיבוד אב ואם...

אינהאלטסרייכער שפיל פארגעשטעלט

האט ארויסגעברענגט אויף א דראמאטישע פארנעם די גרויסקייט פון כיבוד אב ואם, און ווי אזוי א מענטש קען דערפון קיינמאל נישט דערליגען" זאגט הרב ציג פאר גאזעט. "עס האט איבערגעלאזט א געוואלדיגע רושם אויף אלע פארזאמלטע."

דער 'מעסעדזש' איז אראפגעשפילט געווארן און נישט ווייניגער ווי 6 סצענעס, בשעת די געלונגענע בחורים המספיקס רעספיט פראגראם האבן צוגעגעבן זייערע זיסע שטיקלעך צו יעדע סצענע.

דער שפיל איז טאקע שנעל צושטאנד געקומען, אבער עס האט נישט פאסירט איבער'ן נאכט... עס האט אריינגענומען די קאארדינאציע און גאנצע צווייי טעג פון צוגרייטונגען דורך ר' וועלוול ציג ביי המספיקס רעספיט פראגראם, און איבער א וואך פראקטיזירונג דורך די אמרי שפר קינדער אין שפיץ פון דער מחנך הרב יואל טייטלבוים שליט"א.

וועו דער דראמאטישע אבער אינהאלטסרייכע שפיל איז געקומען צו ענדע האט זיך ערשט דאן אנגעפאנגען די דערפרישנדע גריסן און לויב-ווערטער פון אלע פארזאמלטע אין באגלייטונג פון הילכיגע אפלאדיסמענטן; די געטרייע אנפירער פונעם שפיל זענען הארציג באדאנקט געווארן, און ספעציעל איז אויך אויסגעדרוקט געווארן דאנק ווערטער אין ריכטונג פון ר' בצלאל ראזענבערג, המספיק וווּ ראקלענד קאונטי סופארט פראפעסיאנאל, און זיינע געהילפן וועלכע האבן פארזיכערט דער ארדענונג און סוקסעס פונעם שפיל.

אויף אונזער פראגע פון ר' וועלוול, ווער עס האט אין פאקט די מערסטע הנאה געהאט פונעם שפיל, די אקטיארן? אדער די צוקוקער? איז געקומען דער אומצוויידיטיגער ענטפער "די רעספיט קינדער האבן די מערסטע הנאה געהאט דערפון". "זיי האבן אריינגעארבעט לאנגע שטונדן דערפאר, אבער ער לייגט צו אז באמת האט 'וועלוול ציג' די מערסטע הנאה געהאט פונעם שפיל... "איך גלייך דאך די סארט פראגראמען"... איז ער אפן מודה. און זיין רייכע רעזומע איבער זיינע לייסטונגען אינערהאלב המספיק איז דער בעסטע עדות דערפאר.

ר' וועלוול ערקלערט די וויטגרייכנדע פאזעטיוווע אפעקטן וואס דער שפיל האט איבערגעלאזט אויף אלע פארזאמלטע, און ער צוטיילט עס אין דריי: ערשטענס די געוואלדיגע מוסר השכל וואס די צוקוקער האבן אריסגענומען דערפון, איבערהויפט די טייערע אקטיארן, ווי זיי האבן געלערנט א לעבעדיגע לעקציע איבער גוטע אויפפירונג. דער צווייטע איז די געמיינזאמע צוזאמענארבעט פון די לאקאלע געמיינדע אין דער המספיק פאמיליע, וואס די גוטע רעזולטאטן וואס קומען דערפון ארויס איז אומשאצבאר. און דער דריטע, איז ווי נאטורליך דער געשמאקע אינטערהאלטונג זעלבסט...

וואלסטו נאכאמאל אהערגעשטעלט אזא פראיעקט? פרעגן מיר. וועלוול וואַרט נישט קיין מינוט, "זיכער אזוי!"

בס"ד

די בעסטע פלאץ פאר אלע אייערע גרופ-אינשורענס געברויכן

Reliable Brokerage, Inc.
We get you protected.

888.783.6286
רופט היינט פאר אייער אומזיסטע אינשורענס פרייז אפשאצונג
HENRY KELLNER & ASSOCIATES
E-mail us at: info@reliablebrokerage.com
Visit us on the web at: www.ReliableBrokerage.com

ליינערס גאזעט

6527

ווייניגער שניידן די נעגל

אין בריוו 6192# האט איינער אנגעפרעגט אן עצה איבער אריינגעוואקסענע נעגל.

זייער אסאך מענטשן וואס האבן אן אריינגעוואקסענעם נאגל וועלן עס ערשט פרובירן אליינס צו באהאנדלען וואס אין רוב פעלער וועט עס נאר ערגער ווערן און ארויסגיין פון קאנטראל און ווערן אינפעקטירט וואס דאן איז עס זייער ווייטאגליך.

איך פערזענליך האט שטארק געליטן דערפון, איך בין געלאפן צום דאקטאר א שיינע פאר מאל עס צו באהאנדלען. איך האב מיר זייער געוואונדערט פארוואס עס ערהוילט זיך נישט, איך האב געקלערט מעגליך פאסירט עס צוליב די סארט שיך וואס איך גיי. אבער למעשה ווען איך האב עס דיסקוסירט מיט א נאנטן מיינער האט מיר יענער געזאגט די נאטור איז אז ווי מער מען שניידט עס אלס לענגער און שנעלער וואקסט עס צוריק. איך האב טאקע אויפגעהערט צו שניידן מיין נעגל אזוי אפט ווי ביז היינט, אין אנפאנג האט עס טאקע ווייַ-געטון אביסל אבער מיט די צייט האט עס שוין נישט געוואקסן אזוי שנעל און דערמיט בין איך פטור געווארן פון אריינגעוואקסענע נעגל.

(-)

6528

עצה פאר "אריינגעוואק-סענער נאגל"

אין בריוו 6192# האט איינער אנגעפרעגט ווענגן אריינגעוואקסענע פוס נעגל.

איך וויל דא געבן צוויי עצות. נומער איינס, אריינגעוואקסענע אינפעקטירטע נעגל איז זייער ווייטאגליך, דאס איז חוץ פון די ווייטאג וואס דער מענטש האט אז ער קען נישט געהעריג אנטון די שיך אדער גיין מיט די פוס, און חוץ וואס דער מענטש ווייל זען דער פראבלעם אויסגעהיילט דארף ער כאטשיק עפעס וואס זאל בארואיגען די ווייטאגן. איך האב געהערט פון זייער א גוטע עצה וואס ארבעט א מחי', און דאס איז ווייקן די פוס אין "עפסאם זאלץ" (Epsom Salt) דער זאלץ פארמאגט אין זיך געווייסע געזונטע באשטאנדטיילן וואס בארואיגט די ווייטאגן. דערנאך זאלט מען נעמען א שטארקע שמיראכץ וואס מען נוצט געווענליך איינצושלעפן די 'גומען' צו בארואיגען ציין-ווייטאג. (עס איז דא צו באקומען פאר ערוואקסענע און אויך פאר קינדער) מען שמירט עס ארויף ביי די אינפעקטירטע נעגל און עס שלעפט אביסל איין דאס פלאץ צו רעדוציררן די ווייטאגן. אפילו ווען דאס פלאץ איז אייטערדיג העלפט עס אויך.

נאכדעם זאל מען נעמען וואטע, און עס ארומדרייען אזוי ווי א קנויט, און עס אריינשטופן צווישן די פלייש און די נאגל, און דאס וועט אביסל אונטערהייבן די נאגל עס צו ערלויבן צו וואקסן די ריכטיגע וועג. מען לאזט עס אזוי פאר 24 שעה, און מיט די צייט וועט די נאגל ארויסקומען און אנפאנגען וואקסן ווי געהעריג.

(-)

6529

"איטשטאמאל" פאר אריינגעוואק-סענע נאגל

בנוגע די אנפראגע אין בריוו 6192# ווענגן אריינגעוואקסענע נאגל. איך האב מיר זייער לאנג געמוטשעט דערמיט, עס האט מיר זייער געשטערט אין מיין טאג-טעגליכע סדר היום, איך האב פרובירט פארשידענע עדות וואס איך האב געליינט און געהערט ביז איינער האט מיר געזאגט איבער א געוויסע עצה, אז מען זאל נעמען א שטיקל איטשטאמאל (אזוי ווי מען נעמט פאר קאפווייטיס) און עס אויפקאכן אין וואסער, דאס ווערט אזוי ווי א קליי, עס אוועקלייגן אויף נאכט אויפן פינגער, אין דער פרי אראפנעמען דאס איטשטאמאל, עס איז שוין הארט, עס ווערט ווי א שטיין, עס ווערט אזוי הארט אז עס קען שוין ניט מער ווייטאגן, עס איז אזוי הארט אז עס קען שוין ניט מער ווייטאגן, עס איז אזוי הארט אז עס קען שוין ניט מער ווייטאגן.

וואָרט פון רעדאקציע:

חודש תמוז ברענגט מיט זיך **געפילן פון בענקשאפט צום ליכטיגן אמאל ווען מיר האבן געהאט א בית המקדש**, און אין די זעלבע צייט ערוועקט עס אידישע קינדער צו תשובה ותיקון המעשים, ווען אידישע קינדער טרויערן אויפ'ן חורבן בית המקדש. חז"ל לערנען אונז אז דער ביהמ"ק איז חרוב געווארן צוליב די עבירה פון שנאת חינם; ליגט אויף אונז א פליכט צו ערוועקן רחמנות ביים שומע תפילות כל פה, און פארריכטן אונזערע זינד און טוען "תשובת המשקל".

"תשובת המשקל" פארן זינד פון "שנאת חינם" איז דורכ'ן טון נאבעלע אקטן פון "אהבת חינם", **ליב האבן און ארויסהעלפן א צווייטן איד אן קיין נגיעות**, און דאס איז הויפטזעכליך וואס אידישע קינדער מכל קצבי תבל טוען צווישן די שפאלטענעס פון אונזער/אייער צייטונג, אינעם וואויל-באריטן רובריק "ליינערס-גאזעט" **וואו אידישע קינדער העלפן זיך ארויס** איינעם דעם אנדערן מיט עצות, פארשלאגען, און חיזוק, אין פעלד פון געזונטהייט, וואס דאס זענען ריכטיגע הארציגע אויסדרוקן פון "אהבת חינם".

לאזט אייך הערן

איין צענטראלער **אדרעס און נומער** זיך צו פארבינדן מיט די רעדאקציע

שיקט בריוו (אויך אנאנים) צום ליינערס גאזעט:
Hamaspik Gazette › 58 Rt. 59 Suite 1
Monsey, NY 10952

פאר **טוישונגען** אין די "מעילינג ליסטע", **אדוועריטייזמענטס**, אנפראגעס, **קאמענטארן** פראגעס און ענטפערס פאר'ן **"ליינערס גאזעט"** אדער צו ענטפערן אויפ'ן **המספיק אנקעטע**:
רופט: 845-503-0212
אדער דורכ'ן פאקס: 845-503-1212
בליץ-פאסט: gazette@hamaspik.org

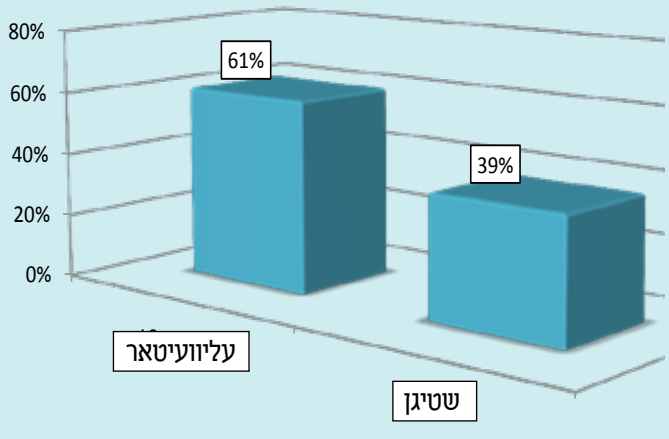
צו באקומען דעם גאזעט אויף בליץ-פאסט שיקט אן אימעיל צו:
subscribe@hamaspik.org

קלארשטעלונג: ארטיקלען אין המספיק גאזעט זענען בלויז פאר אינפארמאטיוו צוועקן. ארטיקלען און בריוון רעפלעקטירן נישט די מיינונג פון די רעדאקציע - איבערהויפט דער **ליינער'ס גאזעט**, וואס איז פון ליינער צו ליינער. פאלגן וואס מען ליינט אין גאזעט איז אויף די אייגענע אחריות.

המספיק אנקעטע:

וואס זאגט איר?

פראגע פון פאריגן חודש:
וועט איר נעמען די שטיגן אדער דעם עליוועיטאר?



ווען מענטשן גייען אריין אין א געביידע פאלן זיי געוועהנליך אריין אין א דילעמע, צו זאל מען נעמען די שטיגן אדער דער עליוועיטאר? מענטשן האבן נישט קיין כח צו נעמען די שטיגן אויב דארף מען אנקומען צו די העכערע שטאקן אדער אויב מען איילט זיך, ווידעראום אסאך מאל איז עס א נערוועז-שפיל צו ווארטן אויף די עליוועיטאר.

דאס אז גיין מיט די שטיגן איז געזונט, וועט קיינער נישט פארלייקענען. וואס מענטשן וויסן אבער נישט איז, אז לויפן אויף די שטיגן איז זייער געזונט פאר די הארץ. עס טוט רעדוצירן די שלעכטע קאלעסטראל און עס הייבט די גוטע קאלעסטראל שטאפלען. עס טוט אויך באראיגען פון "סטרעס" וואס איז זייער נישט גוט פאר די הארץ. "שטיגן-איבונגען" קען אויך נידערן די ריזיקע פון הויכע בלוט-דרוק, און אנדערע מחלות וואס זענען פארבינדן מיט די הארץ.

אונזער פראגע פון פאריגן חודש "צו איר נעמט די שטיגן אדער דעם עליוועיטער"? האבן איבער 39% געענטפערט: עליוועיטאר, און 61% האבן געענטפערט שטיגן.

די פראגע פון דער איצטיגער גאזעט איז ווי פאלגנד: "וואס איז אייער מערסט-באנוצטע געטראנק?"

איר קענט איבערגעבן אייער ענטפער דורך אריינרופן אויפ'ן דעזיגנירטן גאזעט האטליין, 845-503-0212, עקס. 2 אויסוואל 4, אדער דורך די בליץ-פאסט אדרעסס: survey@hamaspik.org. זייט געזונט!

דער "ענדאקרין" סיסטעם (Endocrine) אינעם מענטש ווערט אנגערופן אין מעדעצינישער דזשארגאן "ענדאקריניאלעדזשי". דאס איז דער אפטיילונג וואס באשטייט פון "גלענדס", געווייסע באשטאנדטיילן אינעם גוף וועלכע פראדוצירט "הארמאנען". הארמאנען זענען כעמיקאלן וועלכע טוט עפעקטירן און דירעקטירן די פונקציעס פון וויכטיגע ארגאנען אין דער גוף, צווישן אנדערע שפילט עס א וויכטיגע ראלע וויאזוי דער גוף פארדייעט דאס עסן, וויאזוי דער מענטש אנטוויקלט זיך א.א.וו. הארמאנען שטעלן אויך צו קריטיש-וויכטיגע ענערגיע פאר געווייסע פונקציעס אין דער גוף.

מען הערט כסדר רעדן איבער מענטשן וועלכע זענען זיך געגאנגען אונטערזוכן ביי א "ענדאקריניאלעדזשיסט", דאס איז א דאקטאר וועלכע ספעציאליזירט זיך אינעם "ענדאקרין" סיסטעם, און באהאנדעלט הארמאנען פראבלעמען ביי מענטשן.

דער דאקטאר איז פראפעסיאנאל טרענירט צו דיאגנאזירן און באהאנדלען פראבלעמען וואס קומען אין רעזולטאט פון א הארמאן-אומבאלאנס, דורכ'ן צוריק ברענגען א געזונטע הארמאנען באלאנס אין דער גוף. די באקאנט'סטע קראנקהייטן אין דיסארדערס פון דער "ענדאקרין" (Endocrine) סיסטעם וואס ווערט באהאנדלט דורך א "ענדאקריניאלעדזשיסט" רעכנט אריין "דיעביטיס פראבלעמען" און טיירויד-דעסארדערס". (דער "טיירויד" איז א געווייסע "גלענד" אין פארעם פון א "באטערפליי" וואס זיצט ביי אונטערשטע טייל, פארענט פון דער גענאק, עס פראדוצירט הארמאנען).

6531

"הארמאנען" און נידעריגע געוואוקס

וועגן בריוו #6214 איבער נידעריגע געוואוקסן.

איך בין דורכגעגאנגען דעם זעלבן פראבלעם מיט צוויי פון מיינע קינדער, איך האב א זון און א טאכטער וועלכע זענען ביידע געווען נידעריג-געוואקסענע. ווי פארשטענדליך בין איך ארומגעלאפן צו מערערע מענטשן עקספערטן אין דגעם געביט און איך האב ערהאלטן א לאנגע ליסטע פון אלע סארטן עצות, אבער למעשה האבן מיר נישט געזען קיין רעזולטאטן. ב"ה ווען עס טישו איינמאל עס פאנגט אן וויי טאן, מען שטופט עס אריין צווישן די פינגער אין די נאגל דארט ווי עס וואקסט אריין, מען זאל אונטערהייבן די נאגל מיט א נעגל-שערל אדער אן אנדערע אייזן/שטעקן און מען זאל דארט אריינשטופן א שטיקל וואטע אדער טישו און עס דארט לאזן 2-3 טעג. און דאס וועט בס"ד אפהאלטן דאס נעגל פון אריינגעוואקסן.

אויך איז דא זייער א גוטע עצה אז דער נעגל זאל וויטער וואקסן אויף די ריכטיגע רעלסן. מען זאל אריינשניידן אין די מיטן פון דער נעגל אויבן אין פארעם פון א "V" און דאס וועט שטארק פארגרינגערן אז דער נאגל זאל וואקסן גלייך אן קיין פראבלעמען.

(-)

6530

וואטע פאר אריינגעוואקסענע נאגל

איך וויל פארשלאגען א געוואלדיגע עצה בדוק ומנוסה פאר בריוו #6192 וואס באקלאגט זיך איבער אן אריינגעוואקסענע נאגל. מען נעמט שטיקל וואטע אדער זאלב (cream) וואס הייסט "איטשטאמאל" (Ictomol), איך בין נישט זיכער אויב דער ספעציפישער "קריעם" איז נאך דא צו באקומען היינט אבער איך ווייס אז עס זענען פארהאן אנדערע פראדוקטן אנשטאט דעם וואס העלפט אויך זייער גוט. דער קריעם דארף ווערן ארויפגעלייגט צוויי מאל א טאג מיט א "באנדאזש" (Band Aid) ביי די פלאץ וואו דער נאגל איז אריינגעוואקסן. איך האב עס געטון און עס האט מיר ב"ה זייער גוט געהאלפן, איך בין פטור געווארן פון די וויטאגן, דער אינפעקציע איז אוועקגעגאנגען און איך האב מיר געקענט צוריקקערן צו מיין געהעריגע לעבענס שטייגער אן קיין באזונדערע פראבלעמען.

איך האב אויך געהערט אז "איטשטאמאל" (Ictomol) ארבעט אויך זייער גוט פאר אנדערע אייטערדיגע אינפעקציעס אזוי ווי דער באקאנטע מערס"א אינפעקציע וויבאלד עס האט זיך געוויסע באשטאנדטיילן וואס ציעט ארויס די שלעכטע באקטעריע פון דער קערפער.

(-)

קענט איר זיך פארבונדן מיט מיר דורך די רעדאקציע.

(-)

6532

פשוט'ע עצות פאר'ן נאגל

איך וויל דא מיטטיילן מיינע צוויי צענט איבער דער וויכטיגע טעמע פון אריינגעוואקסענע נעגל.

מענטשן מיינען אז אויב די פלאץ פון דער אריינגעוואקסענע נאגל איז שוין אינפעקטירט ארבעט שוין נישט דער באוואוסטע מעטאד פון אריינלייגן א שטיקל וואטע אונטער די נעגל. וויל איך דא זאגן פון אייגענע ערפארונג אז דער מעטאד ארבעט זייער גוט אפילו עס איז אינפעקטירט נאר מען זאל צו ערשט רייניגן דאס פלאץ דורכ'ן וווייקן די פוס אין "עפסאם זאלץ" (דער זאלץ ציעט זייער גוט ארויס שלעכטע באקטעריע) און נאכדעם זאל מען עס וווייקן מיט "פעראקסייד", און פון דארטן לייגן "בעסעטרעיסין" (Bacetracin) מיט א שטיקל וואטע (א שטיקל פון א קאטן-באלל) איך קען עדות זאגן אז עס העלפט זייער שטארק. געוויסע דאקטוירים קענען אסאך מאל זאגן פארן פאציענט אז עס העלפט נישט און עס טוט גארנישט אויף ווייס איך קלאר אז עס העלפט יא.

(-)

6533

'פלעי-טעראפי' פאר פחדים

אין בריוו פון #6197 שרייבט א מאמע וועגן פחדים ביי א פינף יעריג קינד. איך

זייט 12»

בס"ד

PAIN BE-GONE
די סארנא מעטאד
פארשטענדליך און ווירקזאם

האט איר יסורים?

דורך **די מעטאד** פון דר. סארנא האבן מיר בעז"ה **געהאלפן** פילצאליגע מענטשן ארויס קריכן פון זייערע וווייטאגן און **פטור וועלן דערפון איינמאל פאר אלעמאל.**

BACK PAIN,
HERNIATED DISC,
SCIATICA,
PINCHED NERVE,
STIFF NECK,
SHOULDER PAIN,
CARPAL TUNNEL SYNDROME,
TMJ,
ACID REFLUX,
STOMACH DISORDERS,
CHRONIC FATIGUE,
WEAKNESS,
HEADACHES,
MIGRAINES,
DIZZINESS
ETC.

ב"ה איך פיל מיך ווי א נייע געבוירענע מענטש, איר האט געטוישט מיין לעבן, איך קען ב"ה פירן א נארמאלע לעבנס שטייגער אן יסורים.

Mrs. Fulop is not a licensed physician or therapist and does not provide medical advice or treatment. No results are guaranteed.

זיך אדורכצושמועסן אדער פאר אן אפוינטמענט רופט:
מרת. פיליפף 718.333.2279 | 347.450.1792

ליינער'ס גאזעט

«זייט 11

האב געוואלט פארשלאגען פאר די עלטערן פונעם קינד אז צו גיין צו א דאקטאר פאר באהאנדלונגען איבער פחדים-פראבלעמען מיט אזא יונג קינד קען ברענגען פארקערטע רעזולטאטן ח"ו. צו גיין צו א דאקטאר פאר אזוינע סארט פראבלעמען ביי אזא יונגע עלטער קען אריינברענגען ביים קינד אין די שפעטערע יארן אזא סארט געפיל אז ער איז פראבלאמאטיש און עס קען שווער אויסקלאפן.

אוודאי זאג איך נישט אז מען דארף עס איגנאריר‍ן, עס איז ב"ה דא היינט א ריזיגע אויסוואל פון נאטורליכע מעטאדן וואס קען היילן דעם פראבלעם, ווי למשל מענטשן זענען געוואלדיגע רעזולטאטן דורכ'ן טראגען דאס קינד צו "פלעי-טעראפי" (Play Therapist) דער ספעציעל טרענירטע טעראפוסט פארברענגט און רעדט מיטן קינד בשעת ער/זי שפילט זיך מיט א ברייטע אויסוואל פון שפילצייגן. דער פלעי-טעראפוסט איז טרענירט אויפצוכאפן אינערליכע פראבלעמען און פחדים וואס פיניגט דאס קינד אינעווייניג און עס בס"ד היילן.

איך קען עלטערן וואס האבן זיך געמוטשעט מיט פארשידענע סארט פראבלעמען, איבערהויפט מיט פחדים, און האבן געזען אויסטערלישע רעזולטאטן דורך "פלעי-טעראפי".

(-)

6534

וואַרעמען די ביינער העלפט וואקסן

ענטפער צו בריוו #6214 וועלכע רעדט איבער נידעריגע-געוואוקס.

מיר האבן אויך געהאט א 13-יעריגע בחור וואס איז געווען מיט א נידעריגע געוואוקס, ווי פארשטענדליך איז עס נישט די בא'טעמט'סטע זאך, מיר האבן פרובירט פארשידענע זאכן ביז איינער האט אונז געזאגט אז ער זאל יעדע נאכט (אפילו מוצאי שבת) מאכן א וואַרימע שויער אז זיינע ביינער זאלן ווערן ווייכער... די גמרא זאגט אז חמה צפרא רפואה (**רעדאקציע:** מיר האבן נישט באקומען קיין מראה מקום און מיר האבן נישט מברר געווען ווי גמרא געפונט זיך). ער האט עס טאקע אנגעהאלטן ערליך, יעדע נאכט פאר בערך 10-5 מינוט האט ער אנגעווארעמט די ביינער און זיך דערנאך אריינגעלייגט אין בעט. איך מוז זאגן, מענטשן גלויבן מיר נישט אבער עס איז פארט א פאקט. ער איז ב"ה אויסגעוואקסן א שיינע הויכע בחור, ער איז שוין היינט באלד 6 פוס הויעך.

דאקטוירים קענען אסאך מאל זאגן פאר עלטערן "אז ס'איז נישט דא וואס צו טון, דאס איז די נאטור, דאס קינד קען נישט אדער ווערט נישט וואקסן מער..." מען טאר נישט ווערן פארלוירן פון אזוינע קאמענטארן, נאר אלעמאל געדענקן אז די גמרא זאגט דאך אז דורכדעם וואס מען ווארעמט אן די ביינער קען זיך עס אויסציען. און אט דאס האט מיר אליינס בייגעוואוינט ב"ה.

6535

"האמאפאטיע" קעגן פחדים

אין בריוו #6197 שרייבט איינע איבער פחדים ביי א יונג קינד. איך וויל דא זאגן אז עלטערן דארפן נישט אריינגיין אין קיין פאניק און אוודאי נישט אויפגעבן. מיר זענען ב"ה געבענטשט מיט צענדליגער העלט-פוד געשעפטן וועמענס פאליצעס זענען אנגעפילט מיט אלע סארטן נאטורליכע היילונגען פאר מערערע פראבלעמען אריינגערכנט דער פראבלעם פון פחדים ביי קינדער.

"האמאפאטיע" איז א נאטורליכע היילונג וואס מענטשן נוצן אלס 'אלטערנאטיווע מעדעצין', און איז ערפונדן געווארן מיט איבער 200 יאר צוריק אין דייטשלאנד דורך א איד מיט'ן נאמען שמואל הענימען.

דער רבש"ע האט אריינגעשטעלט אינעם מענטשליכן סיסטעם א נאטורליכע פארטיידיגונגס סיסטעם וועלכע טוט אפשלאגן קרענק. פארשטייט זיך אבער אז עס זענען אלס פארהאן מענטשן וואס זייער "נאטורליכע פארטיידיגונג'ס סיסטעם" איז אפגעשוואכט און פארשלאפן, און עס טוט נישט די ארבעט געהעריג.

דער געדאנק פון "האמאפאטיע" ווערט גענוצט דורך מענטשן מיט געזונטהייט פראבלעמען וועלכע ווילן נישט נעמען קיין מעדעצינען נאר זיי ווילן ענדערש אויסגעהיילט ווערן דורך די אייגענע כח פונעם קערפער, וויבאלד דער קערפער האט אייגענע כוחות אפצושלאגן באקטעריע און אנדערע געזונטהייט פראבלעמען.

דורכאויס אייער אפוינטמענט וועלן דער "האמאפעט" (דאס איז דער נאמען פונעם 'דאקטאר' וואס היילט דורך דעם "האמאפאטיע" מעטאד) אייך שטעלן עטליכע פראגעס איבער אייער מענטל, עמאציאנאלע, און פיזישע געזונט צושטאנד. ער וועט אייך דערנאך פארשרייבן אזא סארט מעדעצין באזירט אויף אייערע סימפטאמען, און עס פרובירט צו היילן דער מחלה דורכ'ן ערווועקן דער נאטורליכע "פארטיידיגונג'ס סיסטעם" וואס יעדע קערפער פארמאגט אין זיך, און אזוי ארום ווערט דער מענטשן פטור פון זיין געזונטהייט פראבלעמען.

זיי וואַרענען אבער אז דער מענטש זאל זיך נישט דערמיט באנוצן אין ערנסטע פעלער, ווי אסטמא, קענסער, אדער הארץ קראנקהייטן, אדער אין אנדערע עמוירדזשענסי פעלער. געוי ווי אנדערע היילונגען האבן קעגנערשאפט האט "האמאפאטיע" אויך אסאך קעגנערשאפט.

(-)
זייט 16»

קורצע פראגע? ליינער'ס גאזעט

6538

שופן אין די האר

איך זוך זייער שטארק א עצה פאר א בחור וואס ליידט פון "דענדראף ."זיין רעקל ווערט אינגאנצן ווייס דערפון און עס איז זייער אומבאקוועם פאר אים זיך צו דרייען צווישן מענטשן.

וויפיל עצות מענטשן געבן זעען מיר נישט קיין וועג ארויס, מיר האבן שוין פרובירט אלע סארטן שעמפוס אבער מיר טאפן א וואנט, אויב איינער האט אן עצה דערפאר זאל ביטע אריינשיקן צו די רעדאקציע. עס וועט זיין א מורא'דיגע טובה פאר אונז.

א דאנק פון פאראויס.

(-)

6539

ביין צעוואקסט זיך אין די אויערן

מיר האבן איינער אין די משפחה וואס ליידט פון "אטא-סקלעראוסיס" (Otto Sclerosis). דאס איז א צושטאנד ווען א ביין צעוואקסט זיך אין די אויערן. וויפיל איך האב געהערט פון מענטשן וואס זענען עס דורכגעגאנגען אדער אנדערע זאך-קענער פארלאנגט זיך אן אפעראציע, אבער אין די זעלבע צייט זענען אויך פארהאן אנדערע עצות דערפאר. איך וואלט זייער געוואלט הערן אויב איינער האט ערפארונג אין דעם און צי עס מען האט געמאכט אן אפעראציע אדער גענוצט אנדערע מעטאדן און געזען גוטע רעזולטאטן.

אויב האט איר סיי וועלכע אינפארמאציע קענט איר זיך פארבינדן מיט די רעדאקציע.

(-)

6540

קינד פארלירט ציין

ביי אונזער 3 יעריג יונגל זענען עטליכע אויבערשטע ציינער צעגאנגען און פארשימלט געווארן. די דענטיסט זאגט אז ווילאנג עס טוט נישט וויי, דארף מען גארנישט טון. אויב איינער ווייסט אפשר אן עצה וויאזוי עס קען צוריקוואקסן, אדער סיי וועלכע אינפארמאציע, ביטע צוריקשרייבן צום גאזעט.

(*)

6541

קינד מיט שווערע מויל גערויך

א 12 יעריג יונגל האט א שווערע גרויך פון די מויל, ביטע אריינשיקן עצות.

(-)

6542

דראנג צו בייסן די צונג

לעצטנס ליידט איך געפערליך פון א זעלטענע זאך: א שטארקע דראנג צו בייסן די צונג ממש ביז ווייטאג. איך שפור אז עס האט צו טון מיט א אומבאלאנס אין די "הארמאנען" (Hormone Imbalance). ווער עס האט עפעס אן עצה זאל מיר ביטע ענטפערן ווי שנעלער. איך לאז איבער מיין טעלעפאן נומער ביי די רעדאקציע.

(-)

6543

עצה קעגן פונגער אין מויל

מיין פינף יעריגע מיידל נעמט אלס די פינגער אין מויל. איך האב שוין גענוצט עטליכע מעטאדן, אריינגערעכנט די "קריעם" וואס הייסט "טאמב" (Thumb) – מיר האבן אויך פרובירט דעם באקאנטן מיטל פון ארויפלייגען א "באנדאזש" אויף זיינע פינגערס אבער עס האט נישט געהאלפן.

האט איינער אן אנדערע עצה פטור צו ווערן דערפון?

(-)

6544

קינד געבוירן מיט "וואקל קארד פארעסיס"

איך וויל פרעגן אויב איינער האט ערפארונג מיט א קינד וואס איז געבוירן מיט "וואקל קארד פארעסיס" (Vocal Cord Paresis) אדער "וואקל קאורד פאראליז" (Vocal Cord Paralysis)

אויב האט איר סיי וועלכע אינפארמאציע אדער ערפארונג ביטע רופן אויף: 347-564-1561.

א גרויסן יישר כח.

(-)

6545

פאר א רואיגע געזונטע הארץ

עס מאכט זיך אפט אז מיין הארץ קלאפט גאר שטארק. עס קומט פון געפילן פון שרעק אדער זארג און איז איינגעבאקן אין מיר פון אלטע טראומא. איך וואלט זייער געוואלט זיך אויסלערנען וויאזוי מען קען בארואיגען די הארץ קלאפענישן דורך די אטעם אדער דורך אנדערע מיטלען, און אזוי זיך קענען האלטן רואיג בס"ד. אויב איינער האט עצות אדער ערפארונג, ביטע שרייבט אריין צום גאזעט.

(*)

ליינער'ס גאזעט קורצע מעטפער'ס

6546

"ספרעי" פאר מויל-אינפעקציע

פאר א אינפעקטירטע מויל (Mouth sores) איז גוט צו נוצן א געוויסע 'ספרעי' וואס רופט זיך "טיווס" (Thieve's Spray). ביי א געוויסע געלעגענהייט האט מיר א העלט "קניזשאלעדזשיסט" (Health Kinesiologist) מיר גע'עצה'ט דאס צו נוצן, און ביז אפאר טעג איז דער פראבלעם אינגאנצן פארשוואונדן געווארן. עס איז ווי נאטורליכע "ליסטערין" (Listerine) וואס א סאך נוצן צו שווענקן די מויל אינדערפרי וואס באקעמפט באקטעריע. עס קען אויך גענוצט ווערן פאר "סטרעפ".

(-)

6547

לתועלת הרבים

איך וויל אויפמערקזאם מאכן אז דער גענעטישער מעדעצין "אייבאפראפין ליקוואד" (Ibuprofen liquid) איז נישט כשר. איר קענט נוצן אנשטאט דעם "טיילענאל סופאזעטריעס" (Tylenol suppositories) וואס איז דא צו באקומען אין אלע פארמאסיס, און דערמיט אפהיטן אונזערע טייערע נשמות פון מאכלות אסורות!

(*)

6548

נירן שטיינער און לימענע-וואסער

אין בריוו #6194 פרעגט איינער אן עצה קעגן נירן שטיינער.

לויט מיין ערפארונג העלפט זייער גוט אויב מען טרינקט אפט "לעמאן וואסער". אויך נעמט "ווייטאמין בי-6 צוזאמען מעגניזיום". אזוי אויך איז וויכטיג אז מען זאל זיך צוריקהאלטן פון עסן זיסע עסנווארג, און איר וועט אי"ה פטור ווערן דערפון.

(-)

6549

עצה פאר קאפ-ווייטאג

איך האב זיך שטארק ארומגעפלאגט מיט קאפ-ווייטאג (Migraines) און איך האב גענומען א "באטאקס-איינשפריץ", (Botox Injections). און איך בין ב"ה געהאלפן געווארן.

(-)

6550

זוכט א "קאניזעיאלעדזשיסט"

בריוו #5904 זוכט א "קאניזש-עיאלעדזשיסט" (Kinesiologist) פאר קראצענישן און "הייווס" (א הויט-אויסשלאג)

איך האב געהאט דעם זעלבן פראבלעם, ביז איך בין געוואויר געווארן פון א געוויסע דר. ענטעבי אין פלעטבוש און מיר האבן געזען גוטע רעזולטאטן. זיין נומער איז 718-375-5242.

(-)

6551

דאקטער פאר קני-אינפלאמאציע

פאר בריוו #6399 וועגן אינפלאמאציע ביי די קני:

מיר האבן געהאט גוטע ערפארונג ביי דר. דזשעזראווי (Dr. Jazrawi) פון ען. וויי. יו. זיין טעל-נומער איז 646-501-7223.

(-)

ליינער'ס גאזעט

גזעזונטע ציינער

6552

מויל-כירורג פאר צושפרייטע ציינער

וועגן צושפרייטע מילך ציינער אין בריוו #6220

איך האב געהאט זייער שטארק צושפרייטע מילך ציינער אלס קינד, מיינע בעבי ציינער זענען געוואקסן זייער צושפרייט און פארקרומט וואס האט מיר זייער געשטערט סיי ווען איך בין געגאגען צווישן מענטשן און אוודאי איז מיר שווער געווען ארויפצוברענגען א שמייכל אין פאבליק.

ביי די אכט יאר האבן מיינע עלטערן מיר געטראגען צו א געוויסע א מויל-כירורג (Oral Surgeon) נאכן מיר אונטערזוכן האט ער אונטערגענומען א קליינע פרעצעדור. ער האט אויפגעשניטן יענע שטיקל הויט ביי די פארקרומטע ציינער, און אזוי ארום זענען די קליינע בעבי ציינער וואס האבן אנגעמאכט די פראבלעמען אליין ארויסגעפאלן פריי-מאכנדיג דעם וועג פאר נייע ציינער וועלכע האבן ב"ה געקענט וואקסן געהעריג. דער פרעצעדור איז געווען א לייכטער און איך האב נישט געליטן פון קיין ערנסטע ווייטאגן ב"ה.

פאר יענע קורצע צייט איז מיר טאקע שווער געווען צו עסן הארטע מאכלים, אבער חוץ פון דעם געדענק איך נישט א איך זאל האבן געליטן פון סיי וועלכע נאכווייעז אדער שווערקייטן, און איך בין געגאנגען אין שולע געהעריג דעם נעקסטן טאג און געקענט אנגיין מיט מיין סדר היום ווי געהעריג.

איך האב נישט דעם נאמען פון דער דאקטאר צו דער האנט אבער סיי וועלכע גוטע מויל-דאקטער וועט מאכן א גוטע ארבעט.

דער פאציענט וועט נאר איינגעשלעפט לאקאל, עס איז ממש א לייכטע פרעצעדור און עס לוינט זיך עס צו טון ווי פריער צו פארמיידן מער פראבלעמען וואס קענען קומען פון פארנאכלעסיגונגען.

אסאך הצלחה.

(-)

6553

פאר קינד מיט צעשפרייטע ציינער

אין בריוו #6220 האט איינער אנגעפרעגט איבער א קינד וואס די צווויי אויבערשטע ציינער זענען זייער צושפרייט, און דער בריוו שרייבער ווייל וויסן אויב עס פעלט זיך אויס צו שניידן די שטריק אינערווייניג אין מויל העכער די ציין אויף די אויבערשטע חלק ליפן, א פרעצעדור וואס אסאך עלטערן טוען.

קודם כל וויל איך אויפמערקזאם מאכן עלטערן פון קינדער אז עס איז קריטיש וויכטיג צו באהאנדלען דעם פראבלעם וועז דאס קינד איז נאך יונג און נישט ווארטן אויף די לעצטע מינוט ווייל עס קען אסאך אויסמאכן וויאזוי די ציינער וועלן וואקסן. אויב טוט מען עס פארנאכלעסיגען דאן וועט עס שטערן די ציינער פון וואקסן נארמאל און עס ברענגט אן אומגעהויערע פראבלעמען וואס דאן אויב וויל מען מאכן סיי וועלכע פרעצעדור שאפט עס איבעריגע קאפ-וויי.

איך וואלט רעקאמאנדירט א גוטער דאקטער מיטן נאמען ל. קאטלאו, זיין אפיס געפונט זיך אין אין אלבאני ניו יארק, ער פארעכט דעם פראבלעם מיט "שטראלן" (Laser) דער פרעצעדור נעמט ממש עטליכע סקונדעס, מען דארף נישט איינשלעפן דאס קינד, און עס היילט זיך גאר שנעל. ער האט שוין דורך דער פרעצעדור באויזן צו העלפן א געוואלד מיט פאציענטן וועלכע האבן נישט געזען קיין שום שווערע נאכווייען, נאר פארקערט זיי זענען ארויס העכסט צופרידן.

מענטשן וועלן אסאך מאל זיך צוריקהאלטן פון טון די ריכטיגע זאך וויל מען איז פויל צו פארן א וויטע רייזע. קודם כל, צו פארן ביז אלבאני איז נישט אזוי וויט, פאר מענטשן וואס וואוינען אין אפסטיט זיכער נישט, אבער אפילו פאר די מענטשן וואס וואוינען אין שטאט וואלט איך געזאגט אז עס לוינט זיך אונטערצונעמען דער רייזע. דער דאקטאר נעמט אן "פידעליס" אינשורענס און ער איז אן אויסגערופענע קינדער דענטיסט און ספעציאליסט, איר וועט נישט חרטה האבן אי"ה.

זיך צו פארבינדן מיט'ן דאקטאר קענט איר רופן אויף דעם נומער: 518-489-2571.

איך האב אויך געהערט גוטע גריסן פון א דענסטיסט מיט'ן נאמען דאקטאר מינץ און ער באנוצט זיך מיט דער זעלבער מעטאד. ער קען אפשר זיין א גוטער אלטערנאטיוו אויב איז אייך שווער אראפצופארן ביז אלבאני. איר קענט זיך פארבינדן מיט אים אויפן נומער 845-259-2500, איך בין אבער נישט זיכער צו ער נעמט אינשורענס.

אויך איז גוט צו וויסן, אז זייער אסאך מאל וועט א קינד האט צוגעבינדענע ליפן וועט דער צינג אויך זיין צוגעבינדן וואס איז נישט געווענליך דערקענבאר, אבער אין רוב פעלער גייט עס געווענליך צוזאמען, און אויב טוט מען נישט עפעס דערווענגן אין צייט קען שפעטער ארויסקומען פראבלעמען וואס דאן איז שוין היבש שווער עס צו פארעכטן, דעריבער איז וויכטיג צו וויסן צו דער דאקטאר וואס פארעכט דעם ליפן פראבלעם פארעכט אויך דער צונג פראבלעם אזוי ארום קענט איר באהאנדלען ביידע פראבלעמען אויפאיינמאל און זיך שפארן אסאך אומזיסטע עגמת נפש.

אויב האט איר סיי וועלכע אנפראגע איבער דעם דאקטאר קענט איר זיך פארבינדן מיט מיר. מיין נומער איז געהיטן אין דער רעדאקציע.

(-)

6554

ספעציל קינדער דענטיסט

איינער האט אנגעפרעגט איבער א דענסטיסט וואס ספעציאליזירט מיט קינדער פאציענטן מיט ספעציעלע געבוירן.

איך האב געהערט איבער א גוטע דענסטיסט וואס פארמאגט זיין אפיס אין ברוקלין, זיין נאמען איז Dr. Bruce Lisch, זיין אדרעס איז: 7224 Ave.T און זיין טעלעפאן נומער איז: 718-763-1817.

ער האט א געוואלדיגע גוטע רעפוטאציע וועז עס קומט צו באהאנדלען קינדער מיט ספעציעלע

געברויכן, ער איז פראפעסיאנאל און סענסיטיוו צו זיינע פאציענטן. בעיקר באהאנדלט ער פאציענטן אין זיין אפיס, אבער ער גיט אויך זייער א גוטע אפציע איינצושלעפן דעם פאציענט אין שפיטאל און דער ארבעט ווערט געטון זייער גרינג און שנעל, און ס׳איז ווערט אריינצוקוקן דערין.

חוץ וואס דער דאקטאר מאכט א געוואלדיגע גוטע ארבעט האט ער נאך עטליכע מעלות וואס מען זעט זעלטן ביי אנדערע דאקטוירים: מען דארף נישט צו לאנג ווארטן ביי אים; אזוי אויך ווען ער נישט פרובירן איבערצורעדן די עלטערן אז מען דארף מאכן נאך אומזיסטע פרעצעדורן, א פראבלעם וואס טרעפט זיך ביי געוויסע דאקטוירים פשוט ווייל זיי ווילן מאכן אן עקסטערן דאלאר אויפ׳ן חשבון פונעם פאציענט. ער ווען בלויז טון די ארבעט וואס פעלט זיך באמת אויס לויט׳ן מצב פון דער פאציענט.

נ.ב. ער נעמט אויך סטרעיט-מעדיקעיד.

א גרויסן יישר כח.

(-)

6555
'דענסטיסט' פאר 'ספעציעלע' קינדער

#6229 זוכט א דענטיסט-ספעציאליסט פאר פאציענטן מיט ספעציעלע געברויכן. איך האב שוין געהערט פון אסאך ספעציעליסטן אבער איך וואלט פארגעשלאגען איין גוטע דענסטיסט פאר די סארט קינדער וואס לויט מיין אינפארמאציע מאכט זייער א גוטע ארבעט מיט סענסיטיוויטעט, זיין נאמען איז דאקטאר דזשאן טי. האנספארד, די. עם. די.

זיין אדרעס איז: Norman 102 929-324-1140 , Ave. Greenpoint NY 11222

(-)

6556
פארפוילטע ציינער ביי קינדער

וועגן בריוו #6446 איבער פארקרומטע ציינער האב איך געוואלט מיטטיילן מיין אייגענע ערפארונג וואס איך האב געהאט מיט א קינד.

מיין 3 יעריג קינד האט געהאט 3 פארפאלטע ציינער אויב די אויבערשטע חלק, איך בין האב מיר נישט לאנג פארזוימט און איך האב מיר נישט געזוכט קיין שפעטערדיגע פראבלעמען בין איך געגאנגען צום דענסטיסט און ער האט אין א נישט-לאנגע פרעצעדור ארויסגעשלעפט אלע ציינער פריי מאכנדיג דעם וועג פאר די נייע ציינער. ב״ה ווען דאס קינד איז עלטער געווארן און ער איז געווארן 6 יאר אלט האבן אנגעפאנגען ארויסוואקסן שיינע נארמאלע ציינדלעך.

איך בין טאקע געווען צופרידן פון דער אויסגאנג אבער איך האב פארט געוואלט הערן פון אים וואס עלטערן קענען טון צו פארמיידן פארפוילטע ציינער. דער דענטיסט האט ג׳טענה׳ט אז פארפוילטע ציינער קומען פון שלאפן ביינאכט מיט א באטעל אין מויל. איך האב למעשה נישט געוואלט אווקנעמען אינגאנצן דאס באטעל פונעם קינד וויבאלד עס האט אים געהאלפן ביים שלאפן גיין, אבער איך האב אים אנגעפאנגען געבן בלויז וואסער אנשטאט זיסע געטראנקען וואס האט אים געהאלפן זיך אפגעוואוינען פונעם באטעל, ער האט זיך זייער שיין אפגעוואוינט דערפון ב״ה.

(-)

6557
צעשפרייטע ציינער, א געגעטישע פראבלעם?

וועגן בריוו #6220 איבער צושפרייטע ציינער ביי קליינע קינדער.

איך וויל טאקע נישט רעדן איבער ממש דעם זעלבן פראבלעם אבער איך וויל רעדן איבער א צושטאנד וואס רופט זיך ״ביילעטערל סינגדעקטילי״ (Bilateral Syndactyly) א צושטאנד ווען קינדער ווערן געבוירן מיט באהאפטענע פינגערס, וואס לויט ווי געוויסע עקספערטן זאגן קען עס האבן א פארבינדונג מיט די שורוש פון צעשפרייטע ציינער ביי קינדער. אזוי אויך איז פארהאן א געוויסע אויגען פראבלעם ביי קינדער ווען דאס קינד ווערן געבוירן ווען די סייז פון די אויגען זענען אומגעווענליך. א בלוט-טעסט קען דערגיין זייער שנעל אויב עס איז א געגעטישע פראבלעם און אזוי ארום קען מען עס פארריכטן מיט די ריכטיגע מעטאד אין דער ריכטיגע צייט.

(-)

6558
דר. קעי (דענטיסט) אין מאנטעפיור שפיטאל

איבער די אנפראגע אין בריוו #6229 פאר א דענטיסט פאר קינדער מיט ספעציעלע געברויכן.

מיין קינד האט געהאט דער זעלבער פראבלעם, איך בין ארומגעלאפן זיך נאכפרעגן פאר א גוטע דאקטאר ביז איך בין אנגעקומען צו א געוויסע דר. קעי אין דער מאנטעפיור שפיטאל, ער ארבעט אינאיינעם מיט דער בארימטער דר. דזשסאן דזשאנג אין די דארטיגע אפעראציע צימער, ער באלאנגט צו א גרופע פון פינף אויסגערופענע כירורגען. צום באשטימטן צייט זענען מיר אראפגעפארן צום אפוינטמענט און ב״ה זיי האבן געראטעוועט אלע צוואנציג ציינער. מען האט טאקע געדארפט ווארטן א וויילע צו קענען באקומען אן אפוינטמענט אבער איך זאגן קלאר אז עס האט זיך געלוינט דאס ווארטן, דער פרעצעדור איז נישט געווען אזא לאנגער, אבער פארט א געלונגענע און מיר זענען ב״ה געווען אויסטערליש צופרידן פון די ארבעט וואס זיי האבן געמאכט.

זייער נומער איז: 1888-700-6623

אזוי אויך אויב האט איר סיי וועלכע פראגע קענט מען זיך מיט מיר פארבינדן אויף: 845-492-4662 אדער 347-988-2729.

(-)

6559
וויטאמין קעי-2 פאר ציינער

איבער נעמען וויטאמין קעי-2 פאר ציינער וויל איך מיטטיילן מיין אייגענע ערפארונג און אפשר וועט עס זיין א תועלת פאר אנדערע מיט דער זעלבער פראבלעם.

מיין ב״ב תחי׳ האט געליטן אויף אירע ציינער פאר א שטיק צייט, זי האט מיטגעמאכט שוידערליכע יסורים פאר ווער עס האט דאס שוין מיטגעמאכט ווייסט וואס עס מיינט. איבערהויפט ווען די יסורים רוקן זיך אן ביינאכט און עס איז ממש אוממעגליך צו טרעפן א דענטיסט וואס זאל אויפנעמען פאציענטן דורכאויס די נאכט שטונדן. מען קען טאקע גיין אין עמוירדזשענסי רום בארואיגען די יסורים אבער מען קען דארטן ווארטן פאר לאנגע שטונדן און שפרונגען פאר יסורים וויבאלד דער עמוירדזשענסי רום וועט ווי פארשטענדליך ערשט באהאנדלען די פאציענטן וואס קומען אריין מיט לעבענס-געפארפולע פראבלעמען.

נאכן זיך נאכפרעגען ביי מערערע מענטשן האט מען איר גע׳עצה׳ט צו נעמען דער קעי-2 וויטאמין. זי האט דעמאלטס גיווארט א קינד וואס זי האט נעבעך פארלוירן. דער דאקטאר האט דאן דורכגעפירט עטליכע טעסטן איינער פון די טעסטען האט געוויזען אז איר בליט איז גיווען צי דיק, און די דאקטער האט איר געהייסן נעמען בעבי-אספרין דין צו מאכן די בלוט. איך האב שפעטער גיהערט אז וויטאמין קעי-2 מאכט דיק די בלוט, האב איך צוזאמגעשטעלט אז עס קען טאקע האבן א שייכות.

(-)

6560
וועז צאן וואקסט ארויס פלאצט אויער-פויקל

בנוגע בריוו #6468 פון א קינד וואס מיט א יעדע נייע ציין וואס וואקסט ארויס פלאצט זיין אויער-פויקל (Eardrum).

איך האב געהאט געהערט זייער אינטערעסאנטע אינפארמאציע וואס געט זייער גוט צו פארשטיין דער אורזאך פון דעם פראבלעם.

וועז די ציינער קומען ארויס דארפן די ציינער באקומען אסאך וואסער. און אויב דאס קינד באקומעט נישט די נויטיגע מאס וואסער דאן וועלן די ציינער-ווארצלען ארויסציען וואסער פון די אויער און דאס קען ברענגען אן אויער-אינפעקציע. יעדע קינד אפילו א פיצל קינד דארף טרונקן גענוג וואסער אז די ציינער-ווארצלען זאל גוט וואקסן און דאס וועט בסייעתא דשמיא פארמיידן אן אויער-אינפעקציע.

אסאך הצלחה!

(*)

6561
וויטאמינען און שוואַרצע-ציינער פלעקן

אין בריוו #6180 פרעגט איינער אן וועגן שוואַרצע פלעקן אויף די ציין.

איך בין גראדע זייער שטרענג וועז עס קומט צו רייניגען די ציינער און איך מאך זיכער אז מיינע קינדער רייניגען די ציינער אדער אינדערפרי אדער ביינאכט בעפאר מען גייט שלאפן, אבער דאך האט מיין טאכטער געליטן פון שוואַרצע פלעקן אויף אירע ציינער און עס האט מיר זייער באאומרואיגט. איך בין באלד געלאפן צום דענטיסט פאר אן אונטערזוכונג און נאך באטראכטן אירע ציינער פון דער נאנט האט ער פעסטגעשטעלט אז עס קומט וויבאלד מיין טאכטער האט דאן גענומען ״אייראן-וויטאמינען״ (Iron supplements) און ער האט אונז ערקלערט אז דאס קען אין רוב פעלער פאראורזאכן שוואַרצע פלעקן אויף די ציינער טראצדעם וואס מען פוצט עס יעדן טאג.

איצט אז איך האב שוין געוואוסט וואס עס איז בין איך געגאנגען צו א פראפעסיאנאלע ״דענסטיסט-קלינינג״ און נאר אזוי איז עס ב״ה אראפגעקומען.

עלטערן זאלן אבער נישט ווערן פארלוירן, ס׳איז וויכטיג צו וויסן אז עס זענען דא צו באקומען אנדערע וויטאמינען פאר וואס פארשווארצן נישט די ציינער. גייט אריין אין אייער לאקאלע העלט פוד געשעפט און פרעגט זיי איבער דעם, זיי וועלן אייך מעגליך קענען העלפן בעזר השם.

(-)

זייט 16 »

ליינער'ס גאזעט

«זייט 15

6562

גרינגע עצות פאר "שווארצע ציין-פלעקן"

מען קען היינט צוטאג זען אסאך קינדער מיט שווארצע ציינער, און איך זאג אלס אז מען דארף נישט קריכן און נישטערן צו דערגיין דער אורזאך דערפאר ווייל וועט ס'וויסט קען שווארצע פלעקן קומען צוליב עסן צופיל צוקער, אדער פון טרונקן אסאך קאווע (קאפין) (caffeine), אדער פון רייכערן.

עס זענען דא אסאך עפעקטיווע מיטלן וויאזוי מען קען פטור ווערן פון שווארצע פארפלעקטע ציינער חוץ פיצן די ציינער טאג-טעגליך און גיין אפט צום דענסטיסט וואס איז נישט קיין גרינגע פרעצעדור און קען שאפן פאר אסאך מענטשן אומאיינגענעמליכקייטן.

וועז דער מענטשן פיצט די ציינער זאל מען עס רייניגען מיט א משהו "סי-זאלץ" און דערנאך אויסשוועמען דאס מויל מיט זאלץ וואסער אדער מיט "מאוט-וואש" (Mouthwash).

אויב איז א מענטש גאר שטארק צוגעבינדן צו קאווע און ער קען זיך נישט אפרייסן דערפון וויבאלד עס גיט אים כח פארן טאג, איז פאר דעם אויך דא אן עצה, מען זאל עס טרונקן מיט א שטרוי און אזוי ארום וועט די קאווע נישט איבערלאזן קיין ערנסטע פלעקן.

אויך האב איך געהערט פון גאר א גוטע עצה און דאס איז אפצורייבן די ציינער מיט די אינעווייניגסטע טיילן פון די שאלאכטן פון א מאנאנץ (ארענדזש).

דער עיקר, מען זאל עסן פרוכט, גרינצייגן, און טרונקן גענוג וואסער איז ווי פארשטענדליך אלעמאל און אזוי אויך אין דעם פאל זייער וויכטיג.

(*)

6563

שווארצע ציין-פלעקן און "בעקינג-סאדע"

בריוו #6405 שריבט וועגן שווארצע פלעקן אויף די ציין.

איך האב געהאט דער זעלבער פראבלעם און ווי פארשטענדליך איז זייער נישט בא'טעמנ'ט פאר קיינעם זיך ארומצודרייען מיט שווארצע פארפלעקטע ציינער, איך האב פרובירט אסאך מיטלן אבער אין די ענדע האב איך געהאט די בעסטע ערפארונג מיט'ן לייגן אביסל "בעקינג-סאדע" אויסגעמישט מיט וואסער, עס איז מער עפעקטיוו ווען ס'איז אויסגעמישט מיט "פעראקסייד" (Peroxide) אבער אויב איז אייך אומ'בא'טעמ'ט צו לייגען פעראקסייד דארף וואסער אויך ארבעטן גוט. ס'איז נישט קיין גרויסע פרעצעדור, מען לייגט עס ארויף אויף א ציין-בערשטל און מען רייבט אפ די פלעקן. עס ארבעט ממש וואונדערליך, ס'איז ווערד צו פרובירן.

(-)

«זייט 12

איך וואלט אייך גע'עצה'ט אריינצוגיין אין סיי ווועלכע העלט-פוד געשעפט און דארטן אנפרעגן איבער האמעפעטיק-רעמעדיס מיטן נאמען "אקאנייט" (Aconite) און זיי אנפרעגן וויפיל מען דארף נעמען, איר וועט בס"ד זען גאר גוטע רעזולטאטן.

(-)

6536

וועגן א נידעריגע-געשטעל

בריוו #6214 רעדט איבער א נידעריגע געוואוקס, ליינענדיג דער בריוו שטימט עפעס נישט אז דאס קינד זאל אינגאנצן האבן אויפגעהערט צו וואקסן.

אבער איך וויל פשוט מיטטיילן מיין אייגענע ערפארונג אלס איינער וואס איז אליינס נידעריג. איך בין אויך געווען אין א מצב וואס איך האב פרובירט אלע סארטן אנגעבליכע פראדוקטן וועלכע דארפן צו העלפן וואקסן. איך האב געמומען "פירעלא" (Perella) און נאך אנדערע פראדוקטן וואס מענטשן האבן זיך געשוואירן אז עס ארבעט, איך קען נישט זאגן, איך בין טאקע אביסל געוואקסן.

איך בין למעשה אנגעקומען צו א געוויסע דאקטאר פארד וואס האט פארמאגט זיין אפיס אין וויליאמסבורג (ער לעבט שוין נישט) מען האט מיר דארטן געגעבן א געוויסע איינשפריץ (injection) אבער שפעטער וועז מען האט געמאכט אן עקס-רעי האבן זיי געזען אז די ביינער וואקסן נישט, געוויסע האבן מיר דעמאלטס געזאגט אז וועז דער מענטש ווערט 17 יאר אלט הערט די ביינער אויף צו וואקסן, אזוי איך בין שוין דעמאלטס גיוועז זיבצען יאר אלט האב איך אלעס אויפגעהערט צו נעמען. ס'איז באמת גארנישט אז מען איז נידעריג, איך ווייס ביי מיר אז איך האב אלעס פרובירט און אזוי איז דער מציאות און דאס לעבן גייט ווייטער אן ב"ה.

זאל ער אויפוואקסן א גרויסע צדיק !

(-)

6537

אריינגעוואקסענע נאגל

איבער די אנפראגע אין בריוו #6192 וועגן אריינגעוואקסענע נאגל. איך האב געליטן דערפון מיט יארן צוריק און איך האב באקומען א גוטע עצה אין א געוויסע שיך געשעפט אין וואודריטש און זייט דעמאלטס האב איך געהאט די זכי' אריוסצוהעלפן מענטשן מיט דעם זעלבן פראבלעם. איך בין גרייט אריוסצוהעלפן סיי ווער. מען קען זיך פארבינדן מיט מיר דורך די רעדאקציע.

(-)

Mrs. E. M. Perl
Health Kinesiology Practitioner

Treating physical and
emotional issues such as psoriasis,
rheumatoid arthritis, stress and anxiety,
and stomach disorders,

*through **Health Kinesiology** (HK),*
***nutrition** and **lifestyle guidance**.*

בעז"ה קענען מיר זיין די ריכטיגע שליח צו העלפן
מיט אייערע פיזישע און גייסטישע שוועריגקייטן.

For more information or to schedule an appointment

Call: (845) 323-5950

אידער איר שרייבט א

צוואה

פארבינדט אייך מיט

אברהם שמואל ווינבערגער

WILL & TRUST CONSULTANT

845-492-9013

המספיק נייעס

אהבת גאלדא: "ליבליכע" באגלייטער, "גאלדענע" סערוויסעס...

צוויי ארגאניזאציעס, איין נשמה: מוסד "אהבת גאלדא" אין בארא פארק "רייכט הענט" מיט "המספיק אוו קינגס קאונטי"

מיט פינף יאר צוריק האבן א גרופע גוט-הארציגע מיידלעך אין בארא פארק געגרינדעט א נייער ארגאניזאציע מיטן נאמען "אהבת גאלדא" מיטן ציל ארויסצוהעלפן עלטערן פון קינדער מיט ספעציעלע געברויכן. דער ארגאניזאציע שטעלט צו א געלונגענע עפטער-שולע פראגראם פאר קינדער מיט באגרעניצונגען כדי צו געבן פאר די עלטערן אביסל צייט און רואיגקייט זיך אפצוגעבן מיט די איבעריגע קינדער אין שטוב.

פאר ווער עס איז נישט באשאנקן געווארן מיט א נשמה'לע מיט באגרעניצונגען וועט קיינמאל נישט פארשטיין וויפיל ענערגיע, קאפ, און מח עס ווערט אינוועסטירט אין די סארט קינדער; דעריבער האבן די גרונדער פון "אהבת גאלדא" באשלאסן אריינצושפרונגען אין אזא פראגראם וואס וועט דערלייכטערן פאר עלטערן מיט קינדער וואס האבן געוויסע באגרעניצונגען.

איינמאל זי האט געעפענט אירע טויערן, האט מען צוריקגעהערט ווארעמע גריסן פון פילצאליגע צופרידענע עלטערן וועלכע האבן זיך נישט געקענט גענוג אפוואונדערן איבער די געניטע פירערשאפט, פראפעסיאנאליטעט, און געטריישאפט מיט וואס מען געט זיך דארטן אפ מיט די קינדער.

"אהבת גאלדא" אין געפאר פון 'אפשליסונג'

די אנפירער פון "אהבת גאלדא" האבן זיך אבער דערזען אין א שווערע סיטואציע; ס'איז אוממעגליך געווען ווייטער פארצוזעצן אן די נויטיגע פאנדן. אירע אקטיוויטעטן זענען ביז היינט אינטערגעשטיצט געווארן דורך גוט-הארציגע נדבות פון אידישע קינדער וועלכע האבן אוועקגעשאנקן גרעסערע סכומים, אבער איר גאלדענע נאמען האבן געברענגט אז די ליסטע פון פרישע אפליקאנטן איז געווארן לענגער, און אירע סערוויסעס אויסגעברייטערט.

אבער ס'איז געקומען צו א מצב וואס ס'איז אוממעגליך געווען ווייטער פארצוזעצן אזש עס האט אויסגעזען אז די שווערע הארעוואניע וואס מען האט אריינגעלייגט אין דער ארגאניזאציע וועט גיין לטימיון, און מען וועט זיין געצווינגען אפשליסן אירע טויערן.

נאך לענגערע באראטונגען איז מען אויפגעקומען מיט א געדאנק, נעמליך זיך אנצושליסן אין דער בארימטע "המספיק אגענטור" וועלכע וועט זיכער קענען צושטעלן די פארלאנגטע פינאנציעלע שטיצע, עקספערטיז און אנווייזונגען.

דער נייער צוגערישטער לאקאציע וואס המספיק האט צוגעשטעלט פאר "אהבת גאלדא"

המספיק שטרעקט אויס א ברודערליכע האנט

אהבת גאלדא האט זיך פארבינדן מיט המספיקס פירערשאפט און פארגעשטעלט זייערע פראבלעמען און שטרויכלונגען. המספיק האט געשאנקען אן אפן אויער און פארשפראכן ארויסצוהעלפן מיט'ן מצב הערנדיג אז עס איז די רעדע פון טייערע קינדערלעך מיט ספעציעלע געברויכן.

נאך לענגערע באראטונגען פון ביידע זייטן איז ב"ה געלונגען אויסצוהאמערן א שליכטונג: "המספיק אוו קינגס קאונטי" וועט אריינעמען "אהבת גאלדא" אונטער אירע ווארעמע פליגלען, און אזוי ארום ערמעגליכן די ווייטערדיגע עקזיסטענץ פון דער נאבעלע "אהבת גאלדא" פראגראם, פון וואס אזויפיל אידישע עלטערן געניסן און איר אפראטעווען פון אונטערגאנג.

"המספיק אוו קינגס קאונטי דירעקטאר פון דעי סערוויסעס" ר' יודא שפענגלעט האט זיך אריינגעווארפן אין די ארבעט מיטן גאנצן ברען און אייפער, און פון די ערשטע שריט האט ער ערלעדיגט א נייער לייטישע און איינגענעמע לאקאציע צו פלאצירן דער פראגראם.

איינע פון די געשמאקע פראגראמען וואס ווערן צוגעשטעלט דורך המספיק איז דער וואויל-בארימטע עפטער-שולע רעספיט (ASR) א פראגראם צו וועלכע א גרויסע צאל קינדער אונטער "אהבת גאלדא" מיט ספעציעלע געברויכן קוואליפיצירן, און אצינד זייענדיג אפעציעל אונטער המספיק וועלן זיי ווייטער קענען געניסן פון די נאבעלע סערוויסעס.

המספיק פירט שוין אן א שיינע פאר יאר מיט איר אייגענע "עפטער-שולע, רעספיט פראגראם" אין ראקלענד קאונטי, קרית יואל, און זי האט געעפענט דער סארט פראגראם אין וויליאמסבורג די פארלאפענע יאר.

איצט אז די געטרייע המספיק פירערשאפט אין קינגס קאונטי האבן בס"ד אראפגענומען די פינאנציעלע לאסט, לאגיסטישע זארגן, און טראנספארטאציע געברויכן פון "אהבת גאלדא" קענען איצט די ענערגישע וואלונטירן טון זייער הייליגע ארבעט אויף א פיל העכערע ניווא און מיט פיל מער קאנצענטראציע.

די טייערע קינדערלעך וועלכע זענען אנגעשלאסן אין איר פראגראם פארברענגען אין שויס פון ליבשאפט יעדן נאכמיטאג, ווי זיי ווערן הארציג סערווירט מיט ווארעמע געשמאקע נאכטמאלן טעליך, און דאס איז אויסער די גרויסארטיגע שבתים, און לעבעדיגע אויספלוגן וואס ווערן צוגעשטעלט פאר די קינדער דורכאויס די יאר, אינטערנעמונגען וואס שיינט אריין חיזוק און שמחה פאר די קינדער און זייערע טייערע עלטערן.

דאס אלעס זענען די רעזולטאטן פון די שווערע ארבעט און אויסטערלישע איבערגעגעבנקייט פון די הויעך-שולע וואלונטירן וועלכע שפארן נישט קיין צייט און ענערגיע צו דערפרייען און אויפהייטערן די געמיטער פון די קינדער.

אונטער המספיק'ס פליגלען שפורט מען זיך אינדערהיים; המספיקס מייעסטעטישע סטעיט-אוו-די-ארט געביידע אין בארא פארק-האב האט ספעציעל אוועקגעשאנקן 3 באזונדערע לופטיגע צימערן וועלכע דינען אלס דער אפעציעלע לאקאציע פאר דער נאבעלע "אהבת גאלדא" פראגראם אונטער המספיק אוו קינגס קאונטי.

פאר מער אינפארמאציע, אדער צו רעגיסטרירן א high-functioning מיידל, קענט איר זיך פארבינדן מיט דער פראיעקט דירעקטאר אויף: 347.598.3149 - אדער קענט איר שיקן אן אימעיל צו: suriag@optonline.net

צום געזונט

קיין זארא:

'אולטרא-סאונד ברענגט נישט קיין 'אויטיזם'

באסטאן מאסאטשוסעטס – די לאנג-יעריגע קלאנגן און שפעקולאציעס אז אן אולטרא-סאונד ברענגט "אויטיזם" זענען טאטאל אפגעווארפן געווארן אין א לעצטיגע שטודיע.

איינע פון די בארימטע דאקטוירים ביי דער "באסטאן מעדיקל צענטער", דאקטער דזשאדי אבאאוט וועלכע האט אנגעפירט מיט דער שטודיע זאגט, אז דער נייער ערפינדונג טוט צעווארפן דער ביז-איצטיגער טעאריע וואס האט ביז איצט געגלויבט אז אן אולטרא-סאונט ברענגט אוטיזם ביי קינדער, און עס איז נישטא וואס צו זארגן.

דער אולטרא סאונד מאשין וואס ווערט באשולדיגט אין ברענגען 'אויטיזם' ביי קינדער

המספיק-קעיר
גאזעט

נייעס און אינפארמאציע איבער די מיטעלע און עלטערע יארן צוגעשטעלט דורך "המספיק קעיר"

פאר יונג און אלט

צוזאמארבעט צווישן "המספיק קעיר" מיט פרישע נוירסינג-היימען און רעהעביליטאציע צענטערן פארזיכערט קוואליטעט סערוויסעס

דער נאמען "המספיק קעיר" רעפרעזענטירט טאקע "קעיר", אבער עס קומט אינאיינעם מיט די קוואליטעט און פראפעסיאנאליזם פון "המספיק". דאס קענען עדות זאגען די טויזנטער פאציענטן און קליענטן וועלכע האבן גענאסן, און גענישן ביזן היינטיגן טאג פון המספיק קעיר סערוויסעס א בריט-פארצווייגטע אפפאראציע וואס ווערט אנגעפירט דורך איר געטרייער עקזעקוטיוו דירעקטאר מוה"ר ר' אשר שמואל כ"ץ הי"ו.

דאס איז אבער נישט צושטאנד געקומען איבער'ן נאכט. די גענעטע שטאב ביי "המספיק קעיר" אינוועסטירן הונדערטער שטונדן א וואך צו פארשטיין און לערנען וואס עס זענען די ספעציפישע פארלאנגען און ביטעס פון אירע קליענטן, און מיט די גענוי פארשטאנד און אינפארמאציע אין האנט ווערט דער וואונטש פונעם פאציענט ערפולט ווערן אויפ'ן שענסטן פארנעם בס"ד.

"המספיק קעיר" איז דער אדרעס פאציענטן גייען נאכן ארויסקומען פון נוירסינג היימען, רעהעביליטאציע צענטערן און שפיטעלער כדי צו באקומען געהילפן אין שטוב. די ארבעט דורך די העכסט-טרענירטע און געטרייע המפיק קעיר ארבעטער ווערט געטון מיט מיט אחריות און געטריישאפט.

איינע פון די רוקן-ביינער ביי "המספיק קעיר" אין ארענדזש קאונטי איז דער געטרייער "אוטריטש-ספעציאליסט" מוה"ר יואל אלימלך נויאוויטש הי"ו, וועמענס איבערגעגעבענע ארבעט עס דערקענט זיך אויף טריט און שריט; מר. נויאוויטש איז דער מאן וועלכע קניפט אן פארבינדונגען מיט באריטע נוירסינג היימען, רעהעביליטאציע צענטערן און שפיטעלער וועלכע באקומען דער אויסוואל צו שיקן זייערע פאציענטן צו המספיק קעיר וואס וועט זיי צושטעלן געטרייע געהילפן זיי צו באגלייטן אין שטוב ביז צו זייער ענדגילטיגע ערהוילונג.

ר' יואל אלימלך איז טאקע אפעציעל סטאנציאנירט אין ארענדזש קאונטי אבער זיין ארבעט האט זיך גאנץ לעצטענס אויך אויסגעברייטערט איבער קינגס און ראק־לענד קאונטי מיט העכסט-געוואונטשענע רעזולטאטן.

"נוירסינג היימען וועלן אפגעשאצט לויט וויפיל פאציענטן קומען נאכאמאל צוריק," זאגט ר' יואל אלימלך פארן גאזעט. "מיט המספיק קעיר קליענטן איז דער צוריקקער ראטע צו נוירסינג היימען אדער שפיטעלער נאנט צו זירא ב"ה".

אויב האט איר סיי וועלכע אנפראגע פאר המספיק קעיר, פארבינדט אייך מיט ר' יואל נויאוויטש — 845-503-0850

א זיצונג צווישען המספיק קעיר מיט איינע פון די צענדליגע נוירסינג היימען

מיט דער נייער ערפינדונג וועלן דאקטוירים קענען האלטן אייער לונגען יונג און געזונט אין אייערע עלטערע יארן

יונגע לונגען אפילו אין די עלטערע יארן:

ערדישע באשטאנדטייל וועט באשיצן לונגען פונקציעס ביי עלטערע לייט

וויסנשאפטלער זענען אצינד אויפגעקומען מיט א נייער ערפינדונג: "פלעיוועניודס" העלפט לונגען פונקציעס ביי עלטערע מענטשן.

"פלעיוועניודס" (Flavonoids) – איז א נאטורליכע כעמיקאל וואס געפונט זיך אין פארשידענע געוואוקסן, אזוי ווי פרוכט און גרינצייג, און איר פונקציע איז זיכער צו מאכן אז די פרוכט און גרינצייג קומען ארויס מיט שיינע קאלירן.

פארשער אנאליזירן שוין דער ספעציפישע באשטאנדטייל פאר אסאך יארן צו דערגיין אירע געזונטהייט בענעפיטן און וויאזוי עס קען אפטער גענוצט ווערן פארן מענטשליכן געזונט. דורכאויס עטליכע פארשונגען האט מען געטראפן א לאנגע ליסטע פון "פלעיוועניודס" געזונטהייט-בענעפיטן, צווישן אנדערע פארמאגט עס אנטי-אינפלאמאציע, און אנטי-קענסער באשטאנדטיילן און געוויסע סובסטאנצן וואס באשיצן דער מח, אבער דורכאויס די יארן האט מען נישט געטראפן דערין עפעס וואס זאל בענעפיטירן דער לונגען פונעם מענטש.

דער נייער סארט "פלעיוועניודס" מיט'ן נאמען "ענטעסייענינס" (Anthocyanins) וואס איז נארוואס אנדעקט געוואארן וועט לויט פארשער העלפן אז די לונגען אין עלטערע מענטשן זאלן זיך האלטן יונג און געזונט, א שטארקע דורכברוך וואס האט געברענגט אפטימיזם ביי לונגען עקספערטן און וויסנשאפטלער.

איינע פון די הויפט פראבלעמען ביי א סאך עלטערע מענטשן איז לונגען און אטעמען פראבלעמען, איבערהויפט ביי די וועלכע זענען געווען רויכערער אין זייערע יונגע יארן... און דער נייער געפינס וועט מעגליך ברענגען אן ענדע צו די אלע שווערייקייטן בס"ד.

WHEREVER YOU ARE, WE'VE GOT YOU COVERED.

From the 5 Towns to the 4 Corners, HamaspikCare is always close.
Even in the summer, we are right beside you and your family. That's why we are happy to announce that once again, we will be providing homecare services in **Rockland, Orange and Sullivan** counties.

1.855.HAMASPIK
info@hamaspikcare.org
www.hamaspikcare.org

BORO PARK / 4102 14TH AVENUE, BROOKLYN, NY
WILLIAMSBURG / 293 DIVISION AVENUE, BROOKLYN, NY
MONSEY / 58 ROUTE 59, SUITE 1, MONSEY, NY
MONROE / 1 HAMASPIK WAY, MONROE, NY
NEWBURGH / 53 ROUTE 17K, NEWBURGH, NY

HamaspikCare
Legendary Support, Extraordinary Care

CDPAS | NHTD/TBI | Home Health Aides | Personal Care Aides | Therapy Services | Social Workers

טראמפ אדמיניסטראציע **אנטשלאסן אפצושטעלן** אסטראנאמישע **מעדעצינישע קאסטן**

וואשינגטאן – פרעזידענט טראמפ האט האט געמאלדן די גינסטיגע נייעס אז דער אמעריקאנער רעגירונג ארבעט אויף א פלאן צו נידערן אסטראנאמישע מעדיצינישע קאסטן.

דער פרעזידענט האט געזאגט, ווען צו זיין האנט שטייט דער אמעריקאנער געזונטהייט סעקרעטאר עלעקס אזאר, אז די רעגירונג וועט שטופן פאר א שטארקע קאנקורענץ צווישן פירמעס וואס פראדוצירן מעדעצינען און אזוי ארום וועט עס צוזינגען א דראמאטישע רעדוקציע אין די ביז-איצטיגע הימל-שרייענדע פרייזן פאר מעדיצינען.

"אונטער מיין אדמיניסטראציע וועלן מיר לייגן אמעריקאנער פאציענטן ערשט," האט דער פרעזידענט ערקלערט מיט פאטאס.

דער פרעזידענט האט מיט דרייסט ערקלערט אז זיין פלאן איז צו ארבעטן האנט ביי האנט מיט קאנגרעס, און אנוועגדן אלע מיטלן צו ברענגען אן ענדע צו די הויכע אומרעאליסטישע קאסטן. לויט ווי ער זאגט האט דער טראמפ אדמיניסטראציע אין באזיץ ארום 50 סארט סטראטעגיעס וויאזוי צו רעדוצירן די קאסטן וואס אמעריקאנער בירגער צאלן היינט פאר זייערע מעדעצינען. איינע פון זיינע פלענער איז צו שענקן מער אויטאריטעט פאר מעדיקעיר צו פארהאנדלען מעדיצינישע פרייזן.

מעדיצינישע עקספערטן זאגען אז אויב וועט דער פרעזידענט זיין סוקסעספול אין רעדוצירן די פרייזן וועט עס פיל פארלייכטערן פאר די טויזנטער פאציענטן וועלכע דארפן ארויסנעמען די עקסטערע פאר דאלאר ארויסצונעמען זייערע מעדעצינען פון די אפטייג-געשעפטן.

ניו יארק – דער אמעריקאנער "עסן און מעדעצין אדמיניסטראציע" האבן באשטעטיגט צוויי פרישע מעדעצינען וואס וועט באקעמפן אן אגרעסיווע פארעם פון "טיירויד קענסער". די צוויי מעדעצינען האט אריינגעווארפן דאקטוירים און מעדיצינישע עקספערטן אין א עקסטאז וויבאלד די סארט קענסער ברענגט אום א גרויסע צאל מענטשן יערליך אין די פאראייניגטע שטאטן און ווען זי גרייפט אן איז זי זייער אגרעסיוו.

ס'איז א קאמבאנאציע פון צוויי מעדיצינען מיט די נעמען "טעפינלאר" (Tafinlar) און "מעקעניסט" (Mekinist) וועלכע וועלן לויט שאצונגען באווייזן צו באקעמפן דער ארגרעסיווע טייראויד מחלה.

מיט א צייט צוריק האט די פעדעראלע רעגירונג באשטעטיגט די קאמבאנאציע פאר די צוויי מעדעצינען צו באקעמפן און היילן געווייסע סארט לונגען קענסערס. די מעדיצינען קענען האבן געווייסע זייטיגע אפעקטן ווי, פיבער, אויסשלאגן, טרייסלן, קאפ-ווייטאג, דזשוינט-ווייטאג, הוסן, מידקייט, איבלעלן, און שילשול. אנדערע ערנסטע רעאקציעס קענען ברענגען בלוטן פראבלעמען, הארץ פראבלעמען, אויגן פראבלעמען, הויט-רעאקציעס, הויעכע צוקער, און בלוט-קלאטן. אבער דאקטוירים באראיגען אז ס'איז גאנץ זיכער צו נוצן וויבאלד יעדע סארט מעדעצין פאר סיי וועלכע קראנקהייט קומען מיט געווייסע ריזיקעס און זייטיגע אפעקטן פאר געווייסע מענטשן.

דער באשטעטיגונג דורך די עף. די. עי. האט אריינגעווארפן דאקטוירים און מעדיצינישע עקספערטן אין א עקסטאז

א **פרישע מאנגל** אין לעבנס-וויכטיגע **עפי-פען, אפצושטעלן עלערגישע רעאקציעס**

וואשינגטאן – דער פעדעראלע "עסן און מעדיצין אדמיניסטראציע" האט געמאלדן איבער א פרישע מאנגל אין די קריטיש וויכטיגע "עפי-פען" מעדעצין וואס וועט געוועט דורך טויזנטער מענטשן צו באהאנדלען זייערע עלערגישע רעאקציעס.

לויט דער מעלדונג איז פארהאן א מאנגל פון צוויי באזונדערע פירמעס וואס פראדוצירן דער מעדעצין. איינס איז דער באוואוסטע "עפי-פען" וואס וועט פארקויפט דורך דער מעדיצינישע פירמע "מיילאן", און די אנדערע איז דער מעדעצין מיטן נאמען "אדרענעקליק" וואס וועט פראדוצירט דורך "אימפעקס-לאבראטאריעס".

דער מעלדונג איז געקומען נאך עטליכע מאנאטן וואס פאציענטן האבן זיך באקלאגט אז זיי זענען אויסגעלאפן פון דער קריטיש-וויכטיגער מעדיצין אויף וואס זיי זענען אזוי שטאק אנגעוויזן. לויט דער באריכט איז אבער יא דא צו באקומען דער סארט מעדיצין פראדוצירט דורך א אנדערע פירמע מיטן נאמען "אווי-קיו", אבער עס וועט נישט געדעקט דורך געווייסע אינשורענס פאליסיס.

דער "עפי-פען" מעדעצין וואס וועט ענוצט דורך טויזנטער מענטשן צו באהאנדלען זייערע עלערגישע-רעאקציעס.

די אלע אפאראטן געבן אריין אין דער מענטש א לעבענס-וויכטיגע דאזע פון "עפי-נעפרין", א מעדיצין וואס טוט פארשמעלערן די אדערן און עס עפענט די לופט-רערן אין די לונגען אין פאל פון א שווערע עלערגישע רעאקציע.

די עף. די. עי. האט געמאלדן אז דער מאנגל שטאמט פון מניופעקטורינג פראבלעמען, אבער דער אגענטור האט נאך דערווייל נישט צוגעשטעלט קלארע אינפארמאציע אדער א גענויע דאטום ווען דער מאנגל וועט קומען צו אן ענדע, אבער לויט ווי זיי זאגן וועט דער מאנגל נישט אנהאלטן צו לאנג, באזירט אויף די אינפארמאציע וואס זיי האבן ערהאלטן פון די פירמעס.

רפואה אין וואַרצייטן

חודש תמוז

ח תמוז
הרה"ק רבי מרדכי מקאזמיר זי"ע

דער טריסקער מגיד זי"ע בעל מגן אברהם האט עדות געזאגט אויף זיין זון רבי מרדכי קוזמירער זי"ע, אז ער האט געהאט א גרויסע עבודה אראפצוברענגען אין אים די נשמה פון זיין הייליגן טאטן דער מגיד פון טשערנאביל זי"ע, וועמענ'ס נאמען ער האט געטראגן.

יארן שפעטער ווען דער טריסקער מגיד איז אמאל נישט געזונט געווארן, האט ער געלאזט רופן זיין זון רבי מרדכי, און אים געזאגט, אז אזויווי ער האט ממשיך געווען פאר אים זיין די נשמה פון זיין טאטן דער מגיד, האט דער זון א כוח אין הימל צו פועל'ן פאר אים א רפואה שלימה.

דער זון האט טאקע איינגעריסן פאר'ן טאטן, ביז אלי' הנביא איז געקומען צום אים זאגן אז ער האט אים אויסגע'פועל'ט א רפואה.

אין די לעצטע יארן איז נתגלה געווארן זיין ציון אין שטאט קיעלץ, און איבערגעבויט געווארן דורך עסקנים, און עס איז געווארן א תל תלפיות וואו אידן קומען פועל'ן ישועות און רפואות אויף א גרויסן פארנעם.

רבי מרדכי בן רבי אברהם זי"ע,
ח' תמוז תרע"ח

אידן זענען מתפלל ביים ציון קדשו פון הרה"ק רבי מרדכי מקאזמיר זי"ע אין שטאט קיעלץ

יא תמוז
הרה"ק בעל עטרת צבי מזידיטשוב זי"ע

אמאל אום יום טוב שבועות האט דער הייליגער רבי ר' הערשעלע זידיטשויבער זי"ע אנגעהויבן צו דאוונען שחרית זעקס אזייגער אינדערפרי. ווען עס איז געקומען צו די שטילע שמונה עשרה פון יו"ט, האט עס געדויערט זעקס שעה נאכאנאנד.

דארט איז געשטאנען א בעל הבית מיט'ן נאמען ר' יוסף. זעהנדיג אז עס דויערט אזוי לאנג האט ער אנגעהויבן צו זאגן תהלים, און ער האט מסיים געווען גאנץ תהלים. דאן איז ער אהיים זיך צולייגן. קומענדיג צוריק אין ביהמ"ד האט ער געזען דער צדיק האלט נאך אלץ ביי שמונה עשרה.

שפעטער ביי דער סעודה איז ר' יוסף געקומען מיטהאלטן מיט'ן צדיק. מען האט אבער נישט מכבד געווען ווי ער האט ערווארטעט, און ער האט זיך געגעבן א רוף אן מיט אזא לשון, "דער רבי דאוונט אזוי לאנג און דא קען מען נישט געבן געהעריג צו עסן...?"

ווען די ווערטער זענען אנגעקומען צום הייליגן צדיק האט ער געשיקט א גלעזל ווין צו ר' יוסף און אים געזאגט, "יוסף, זאגסט איך בין מצער? זייט וויסן אז דא זענען פארהאן עטליכע הונדערט מענטשן און יעדער דארף א תיקון פאר'ן נפש און פאר די גשמיות'דיגע הצטרכות'ן גרויסע און קליינע. און זייט אויך וויסן אז אז דו האסט איבערגעלאזט אינדערהיים צוויי געזונטע קינדער און ביידע זענען היינט קראנק געווארן ביז נאנט צו כלות הנפש, איינער איז נאך אלץ אין א שווערע סכנה אבער איינעם האב איך מיט'ן דאוונענען אסאך פארארבייט און ער איז ב"ה צוריק געקומען פון די סכנה..."

הערנדיג די ווערטער איז דער איד שטארק דערשראקן געווארן. אנקומענדיג אהיים האט ער געהערט אז אלעס וואס דער צדיק האט געזאגט איז געווען ריכטיג, צי די פונקטליכע צייט וואס דער צדיק האט געדאוונענט שמונה עשרה.

הרה"ק רבי צבי הירש בן רבי יצחק אייזיק זי"ע,
י"א תמוז תקצ"א.

יב תמוז
הרה"ק בעל הטורים זי"ע

הרה"ק מהרמ"ח סלאנים זצ"ל האט דערציילט אז הרה"ק רבי שמואל העליר זצ"ל אב"ד צפת איז יונגערהייט געווען זייער שוואך און קרענקליך, ביז דער בית יוסף איז אים געקומען אין חלום און געזאגט אז אויב ער וועט שטענדיג לערנען "טור" און בית יוסף וועט ער זוכה זיין צו אריכות ימים געזונטערהייט. ער האט אזוי געטאן, און געלעבט א שיבה טובה ביז זעקס און אכציג יאר. אויך רבי מאטל סלאנימער וועלכער

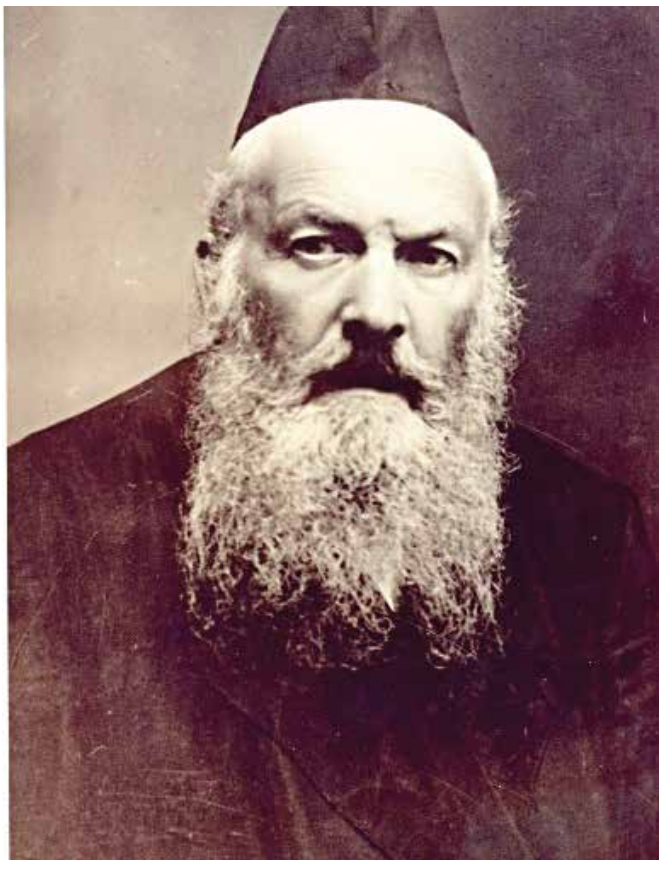
זייט 22 »

יא תמוז
הרה"ק רבי אלחנן וואסערמאן זי"ע

צו זיין רבי'ן מובהק דער חפץ חיים זי"ע איז אמאל געקומען א משפחה, וואס א "דיבוק" איז אריין אין זייער קליין קינד, א 7'יעריגע מיידל, און איר שטארק געפיניגט מיט געפערליכע יסורים, און פלעגט מאכן דאס חלש'ן יעדע קורצע צייט. דער חפץ חיים האט מרוב ענוותנותו אפגעזאגט צו טאן דערינען, אבער רבי אלחנן האט ג'פועל'ט ביים חפץ חיים ער זאל יא אונטערנעמען דעם תיקון.

דער חפץ חיים האט געבעטן רבי אלחנן ער זאל דורכטאן דעם ענין פונעם דיבוק לויט די סימנים אין כתבי האר"י הק' זי"ע, און ווען רבי אלחנן האט געזאגט ער איז גרייט, האט דער חפץ חיים געשטעלט א "בית דין," דער חפץ חיים אליינס, רבי אלחנן, און הגאון רבי אלי' דושניצער זצ"ל, און מען האט מתקן געווען און אוועקגעשיקט דעם "דיבוק," און אויסגעהיילט דאס קינד.

רבי אלחנן בונם בן רבי נפתלי ביינוש הי"ד,
י"א תמוז תש"א



רבי אלחנן וואסערמאן הי"ד, תלמוד חביב פון הייליגען חפץ חיים זי"ע

אנגעבליכער בילד פון הייליגען בעל הטורים זצ"ל

רפואה אין וואַרצייטן

חודש תמוז

«זייט 21

האט דערציילט דעם סיפור האט געלעבט אזויפיל יאר.

רבינו יעקב בן רבינו אשר זי"ע, י"ב תמוז ק"ח

ט"ו תמוז
הרה"ק רבי אלעזר מריישא זי"ע

איינמאל איז א איד געלאפן זיך מזכיר זיין ביים שינאוער רב זי"ע אז עס זענען אריין אין זיינע אויגן קליינע שטיקלעך פון צובראכענע גלאז און דאקטוירים זאגן אז מען דארף מאכן שווערע אפעראציעס צו ראטעוונען די אויגן און דער מצב איז זייער מסוכן. דער שינאוער רב האט געהייסן דעם איד גיין צו זיין פלימעניק רבי אלעזר ריישער זי"ע (איידעם פון זיין ברודער הרה"ק מקשאנוב זי"ע). דער איד איז גלייך אהינגעפארן, פארשטייט זיך. אנקומענדיג האט אים דער צדיק געהייסן אראפלייגן זיין קאפ אויפ'ן טיש. רבי אלעזר ריישער האט האט איינגעדרייט א קליינע פאדעם מיט וואקס (ווי א פיצעלע נר של שעוה) און מיט דעם האט ער ביז געציילטע מינוטן ארויסגענומען אלע שטיקלעך גלאזן פון די אויגן. דער צדיק האט דאן געהייסן דעם איד צוריקפארן צו זיין פעטער דער בעל דברי יחזקאל.

וועו דער שינאוער רב האט געהערט דעם פלא'דיגן מופת האט ער זיך אנגערופן אז מ'קען זיין אויף רבי אלעזר ריישער וואס מען האט געזאגט אויפ'ן הייליגן רמב"ם, אז מער ווי ער טוט מיט מעשי רפואה טוט ער מיט זיינע הייליגע תפילות.

הרה"ק רבי אלעזר בן רבי אלימלך זי"ע, ט"ו תמוז תר"ע.

ציון פון הצדיק מריישא זצ"ל

ט"ז תמוז
הרה"ק בעל שאגת ארי' זי"ע

אין שטאט וואלאזשין האט געוואוינט א איד וועלכער האט געליטן פון א שווערע לונגען קראנקהייט ל"ע. איינמאל האט ער באשלאסן צו גיין וואוינען אין א צווייטע שטאט וויל דארט וועט ער אנגעבליך נישט ליידן אזוי שווער פון די מחלה.

ביינאכט איז דעם איד'ס פאטער געקומען צו אים אין חלום פון עולם העליון, און געווארנט אז ער זאל נישט ארויסגיין פון די שטאט. דער פאטער האט אים ערקלערט אז ער ליידט פון א "סירכא" (שליים) וואס איז צוגעקלעבט פון די לונגען צום וואנט פון די ריפן-ביינער דערנעבן.

אין שטאט וואלאזשין, האט דער פאטער געזאגט פאר'ן זון, האלט מען ווי דער הייליגער שאגת ארי' זי"ע אז וועו א בהמה האט אזא "סירכא" איז די בהמה כשר, וועגן דעם קען ער לעבן מיט דעם, אבער אויב ער גייט ארויס צו א שטאט ווי מען פסק'נט אז די סירכא איז טריפה, קען ער פארלירן דעם זכות קיום.

רבי ארי' לייב בן רבי אשר זי"ע, שאגת ארי',
טורי אבן, ט"ו תמוז תקמ"ה

י"ז תמוז
הרה"ק מראדזימין זי"ע

דער צדיק הרה"ק רבי יעקב ארי' פון ראדזימין זי"ע האט אמאל מתפלל געווען פאר א נאנטן חסיד וועלכער איז שטארק קראנק געווארן און גועליגן על ערש דוי. פלוצלינג איז אנגעקומען די שמיעה אז דער איד איז נפטר געווארן.

האט דער צדיק געענטפערט, "עס קען נישט זיין, איך האב דאך געדאוונט פאר אים." שפעטער האט זיך ארויסגעשטעלט אז די שמיעה איז געווען א טעות, און דער איד האט טאקע געהאט א רפואה שלימה.

רבי יעקב ארי' בן רבי שלמה זי"ע, י"ח תמוז תרל"ד

י"ט תמוז
הרה"ק רבי יהושע מטאמשוב זי"ע

וועו דער הייליגער צדיק רבי ר' יושע זי"ע פון טאמאשוב האט איז אמאל געקומען באזוכן אין די שטאט לאנצוט, האט זיך א איד מזכיר געווען, אינדערפרי פארן דאוונען, אז ער ליידט פון א שווערע געשווויר אין האלז ל"ע און דער רבי זאל אים וואונטשן א רפואה שלימה.

וועו דער צדיק איז אנגעקומען צו "אז ישיר" איז ער צוגעגאנגען צו דעם איד, וועלכער האט מיטגעדאוונט מיט'ן מנין, און געלייגט זיין הייליגע האנט אויף דעם איד'ס האלז און געגעבן א קליינעם דרוק. דער איד איז זאפארט געזונט געווארן כאחד האדם און די געשווויר איז פארהיילט געווארן ווי גארנישט וואלט געווען.

אן ענליכע מעשה האט פאסירט וועו רבי ר' יושע איז געפארן קיין ראגנע, וועו דער הייליגער נאסוידער רב זי"ע איז דארט געווען רב. איינמאל גייענדיג איז נעבן צדיק אדורך א אינגעל וועלכער האט געהאט א שווערע געשווויר אינדרויסן פונעם האלז וואס האט זיך נישט פארהיילט. דער אינגעל פלעגט גיין מיט ספעציעלע העמדער וואס מען האט ענייט פאר אים, ווייל געווענליכע העמדער זענען געווען צו ענג פאר זיין געשווילעכע אויפ'ן האלז.

זעהנדיג דעם יונגעל האט דער צדיק געגעבן א פרעג, "וואס איז דאס אויפ'ן האלז, עס פאסט נישט פאר א יונגעלע ווי דיר..." אזוי רעדנדיג האט דער צדיק ארומגעטאפט דאס פלאץ און זאפארט איז עס געווארן איינגעשרינקען און אויסגעהיילט.

דער קינד האט קענטליך נישט געשפירט וואס דא האט פאסירט, קלערנדיג אז דער צדיק האט אים געוואלט געבן א גלעטל. שפעטער, אנקומענדיג אהיים, האבן זיינע עלטערן באמערקט אז די העמד איז זייער גרויס געווארן ביים האלז, און קוקנדיג נענטער האבן זיי באמערקט דעם גרויסן נס, דער געשווויר איז נישטא און די גאנצע האלז און גענאק איז געזונט און שטארק. זיי האבן געפרעגט דעם יונגעל וואס איז געשען. דאן האט ער געכאפט וואס דער צדיק האט געטאן און ער האט זיי דערציילט די גאנצע מעשה.

הרה"ק רבי יהושע בן רבי יוסף זי"ע,
י"ט תמוז תרס"ו.

כ"א תמוז
הרה"ק משטעפינעשט זי"ע

אין די ערשטע יארן פון די הנהגה פון הייליגן צדיק הרה"ק רבי אברהם מתתי' משטעפינעשט זי"ע (דער רבי פון הרה"ק מריבניץ זי"ע) האט

הרה"ק משטעפינעשט זי"ע, רבי פון הייליגער ריבניצער צדיק זצ"ל

רפואה אין יארצייטן

חודש תמוז

אין יענע געגנט אויסגעבראכן א שווערע מגיפה ר"ל. עס איז אנגעקומען ערב יום הקדוש פון יענעם יאר, און די רעגירונג באאמטע האבן געלאזט באפעלן אז זיי לאזן נישט די חסידים זיך צוזאמקומען ביים צדיק אויפ'ן הייליגן טאג. די שטעפינעשטער חסידים האבן, ווי פארשטענדליך, נישט געלאזט דעם באפעל זיי צוריקהאלטן און עס איז צוזאמגעפארן א גרויסער ציבור חסידים און פשוטע אידן צוגלייך.

אבער מעשה שטן הצליח, און יום הקדוש אינמיטן שחרית איז איינער פון די חסידים אין ביהמ"ד, מיט'ן נאמען זאנוויל, געפאלן אונמאכט. מען האט שנעל גערופן דעם גואישן דאקטאר פון שטאט, און נאך א קורצע ווייל, באלד נאך שחרית, האט דער דאקטאר נישט געקענט מער ווי באשטעטיגן אז דער איז ל"ע מער נישט בין החיים. דער דאקטאר האט זיך גענומען שרייען קולות פארוואס מען האט נישט געפאלגט די רעגירונג באפעל און ער האט געווארנט אז ער גייט באלד צו די פאליציי איינמעלדן וואס דא האט זיך אפגעטאן.

עס איז געווארן א גרויסע בהלה, און מען איז געלאפן צום חדר מיוחד וואו דער צדיק האט זיך דאן געפינען. מען האט געקלאפט אויפ'ן טיר, און דער שטעפינעשטער צדיק האט זיך באוויזן מיט זיין פחד'דיגע צורה כמראה כהן, פרעגנדיג וואס גייט פאר. הערנדיג וואס האט פאסירט איז ער גלייך ארויס, און צוגעגאנגען צום ווינקל אויף מערב וואו מען האט אראפגעלייגט דעם נפטר.

דער צדיק האט אים אנגעקוקט און געבעטן מען זאל שנעל ברענגען א גלעזל טיי. ווען מען האט געברענגט די טיי האט זיך דער צדיק אנגערופן, "זאנוויל, קום שטיי אויף און טרונק די טיי, עס וועט דיר בעסער ווערן." דער איד איז געבליבן אומבאוועגליך. דער רבי האט עס נאכאמאל איבערגעזאגט, אבער דער בר מינן ליגט ווייטער ווי א שטיין. דאן האט דער הייליגער צדיק געזאגט, "זאנוויל, עס איז א טירחא דציבורא, מען דארף גיין דאווענען מוסף. זיי מוחל שטיי אויף און טרונק אויס די טיי." ארויסגעזאגט די ווערטער, און דער איד האט זיך אויפגעוועקט און אויפגעשטאנען אויף די פוס כאחד האדם.

ממחרת יום הכיפורים איז דער דאקטאר אנגעקומען מיט א גאנצע מחנה פאליציאנטן אויסצופארשן די נעכטיגע טראגעדיע. ווען דער דאקטאר האט געזען דעם זאנוויל אים אנטקעגן גיין צו געבן א הערצליכן "שלו' עליכם" האט ער געהויבן פוס און אנטלאפן.

הרה"ק רבי אברהם מתתי'הו בן רבי מנחם נחום זי"ע,
כ"א תמוז תרצ"ג

כב תמוז
הרה"ק רבי שלמה קארלינער זי"ע

א איד איז אמאל געקומען צו רבי שלמה קארלינער הי"ד זיך מזכיר זיין צו זוכה זיין צו קינדער, און עס איז אויסגעקומען אין טאג כ' טבת, דער יארצייט פונעם הייליגן רמב"ם זי"ע. דער צדיק האט געזאגט פאר'ן איד, ער זאל אים ברענגען א גרויסע סומע גאלדענע רענדלעך און ער וועט אים פועל'ן א ישועה פאר געזונטע קינדער. דער איד האט אבער נישט געוואלט.

שפעטער האט דער איד דערציילט פאר זיין ב"ב אין שטוב אז ער איז געווען ביים צדיק און ער האט געבעטן גאלדענע רענדלעך און ער האט נישט געוואלט געבן. האט די פרוי געפרעגט פארוואס, האט ער מחליט געווען ער גייט צוריק און וועט יא געבן דאס געלט.

האט רבי שלמה געענטפערט פאר'ן איד אז זיין צוריקהאלט פון זש"ק איז וועגן ביזוי תלמיד חכם, און דער רמב"ם פסק'ט אז ווער עס פארשעמט א תלמיד חכם "קונסין אותו ליטרא של זהב" וכו' (הל' ת"ת פ"י). אינעם יארצייט פונעם רמב"ם האט ער געהאט א כוח צו נוצן דעם פסק, מיט'ן סכום געלט, צו פועל'ן א ישועה, אבער וויבאלד דער טאג איז אדורך האט ער פארשפעטיגט.

מצבות קדשו פון הרה"ק רבי שלמה קארלינער זי"ע

★

דער צדיק רבי שלמה פון קארלין זי"ע האט אמאל געזאגט, "מען קען זיין א מחי' מתים, א פוקד עקרות און א רופא חולים, אבער שווערער פון די אלע זאכן איז אריין ברענגען יראת שמים אין א אידישע הארץ".

רבי שלמה הי"ד בן רבי מאיר זי"ע,
כ"ב תמוז תקנ"ה

כח תמוז
הרה"ק בעל ישמח משה זי"ע

אמאל איז א רב געקומען צום ישמח משה מיט זיין קינד וועלכער איז געווען גאר קראנק. דער ישמח משה האט געגעבן א קמיע, באהאלטן אין א קאנווערט, אויפצוהענגען אויפ'ן האלז פון זיין זוהן און ער איז געזונט געווארן.

יארן שפעטער האט דער זוהן חתונה געהאט קיין פוילן, און זיין אויפציכטלונגס מוטער איז מיטגעקומען וואוינען אין זעלבן שטאט, און זי האט אויך מיטגעברענגט די קמיע. ווען ער האט געהאט זיין ערשטן קינד, איז דאס קינד שטארק קראנק געווארן ביז מסוכן. די אלטע פרוי האט זיך דערמאנט אז זי האט דא די קמיע, אבער נישט וויסנדיג צי עס וועט העלפן אויך פאר דעם אייניקעל האט מען עס אויפגעמאכט און געזען אז דארט שטייט די נאמען פונעם אייניקעל מיט נאך א נאמען. מען האט צוגעלייגט דעם נאמען פאר'ן קינד און ער האט געהאט א רפואה שלימה.

האבן צדיקים געזאגט אז פון דעם זעהט מען ווי דער הייליגער ישמח משה האט גע'פועל'ט א רפואה שלימה פאר א קינד אין זכות פונעם זוהן וואס ער האט געדארפט האבן יארן שפעטער אלס יונגערמאן.

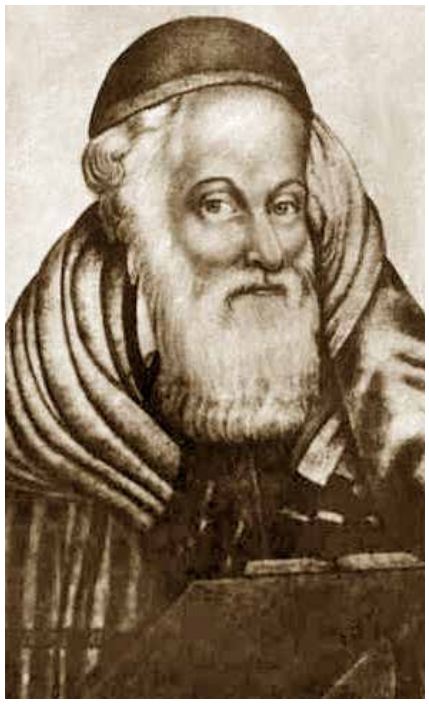
★

הרה"ק רבי שלו' קאמינקער זי"ע האט עדות געזאגט פאר'ן שר שלו' זי"ע פון בעלזא, אז ער האט געזען בעיניו הקדושים ווי די קמיעות פונעם ישמח משה האבן געהאט חיות דקדושה און זיך געקענט באוועגן, זעהנדיג איינמאל ווי אזא קמיע אויף די האנט איז ארויף העכער און העכער.

אויך ווערט דערציילט אז ווען דער ישמח משה האט געוואלט געבן א קמיע פאר א איד, האט ער געעפנט א שופלאד וואס איז געווען פיל מיט קמיעות, און די ריכטיגע קמיע האט זיך דערנענטער ביז זיינע הייליגע הענט.

הרה"ק רבי משה בן רבי צבי הירש זי"ע,
כ"ח תמוז תר"א

זכותם יגן עלינו ועל כל ישראל



דער הייליגער ישמח משה זצוק"ל

ציון הקדוש פון הרה"ק משטעפינעשט זי"ע

מזל טוב

יהי רצון מלפני אבינו שבשמים שתזכו לרוות רב נחת דקדושה מכל יוצאי חלציכם מתוך אושר ועושר והרחבת הדעת לשם ולתפארת עד ביאת הגואל

מו"ה
מאיר ווערטהיימער
הי"ו
מנהל ומייסד המספיק
וזוג' החשובה תחי'

וגם לרבות בנו מו"ה
הערשל ווערטהיימער
הי"ו
עקזעקוטייו דירעקטאר, המספיק אוו קינגס קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת ארוסי הנכד/הבן היקר כמר בערל נ"י
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה ישראל פריעדמאן הי"ו

הרב
אלישע הורוויץ
שליט"א
פרעזידענט באורד אוו דירעקטארס
ניו יארק סטעיט המספיק אסאסיאציע
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת ארוסי הנכד
החתן היקר כמר אברהם יצחק נ"י
בן חתנו הרה"ג דוד ליכטענשטיין שליט"א
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה יושע העשיל פריינד הי"ו

ולרגל שמחת אירוסי הנכדה הכלה החשובה תחי'
בת חתנו הרה"ג משה הערש בערקאוויטש שליט"א
עב"ג החתן היקר כמר יואל נ"י
בן הרב יוסף פרידמאן הי"ו

מו"ה
שמואל מארקאוויטש
הי"ו
קאמפטראלער - המספיק אוו ארענדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת נשואי
הנכד החתן היקר כמר אשר לעמיל נ"י
בן חתנו מו"ה שמואל יודא שטיין הי"ו
עב"ג הכלה החשובה תחי' בת מו"ה אלי' ראטה הי"ו

ולרגל שמחת אירוסי הנכדה הכלה החשובה תחי
בת חתנו מוה"ר זלמן לייב שטערן נ"י
עב"ג החתן היקר כמר יחזקאל נ"י
בן מו"ה משה חיים ראזענפעלד הי"ו

מו"ה
מרדכי הערש פארקאש
הי"ו
באורד מעמבער
המספיק אוו ארענדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת ארוסי הנכד היקר כמר אלי' נ"י
בן בנו מוה"ר אברהם שמואל פארקאש נ"י
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה שלום אליעזר גראד הי"ו

מו"ה
וואלף ווירצבערגער
הי"ו
המספיק ארענדזש קאונטי באורד פרעזידענט
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת ארוסי הנכד היקר כמר אלימלך נ"י
בן חתנו מוה"ר אשר זאבעל נ"י
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה ישראל אברהם הערשקאוויטש הי"ו

מו"ה
אלי' הלוי רייזמאן
הי"ו
המספיק באורד מעמבער - ארענדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת נשואי בנו
החתן היקר כמר יצחק יעקב נ"י
עב"ג הכלה החשובה תחי
בת מו"ה שמעון דוד משה וויים הי"ו

מו"ה
יחזקאל פישער
הי"ו
דירעקטאר אוו רעזידענטל סערוויסעס
המספיק אוו קינגס קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת לידת הנכד נ"י
אצל בנו מו"ה יואל יצחק פישער הי"ו

מו"ה
ישראל שלום גאלדבערגער
הי"ו
וזוג' החשובה תחי'
מענעדזשער, קאנקארד ברודערהיים
המספיק אוו ראקלענד קאונטי

לרגל שמחת ארוסי הנכד היקר כמר יושע הערש נ"י
בן חתנו מוה"ר משה פישער נ"י
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה משה הכהן וויינפעלד הי"ו

ולרגל שמחת לידת הנכדה תחי'
אצל חתנו מו"ה יואל אינדיג הי"ו

ולרגל שמחת לידת הנינה תחי'
אצל חתנו מו"ה מענדל בראך הי"ו

מו"ה
משולם פריעדמאן
הי"ו
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת נשואי הבת הכלה החשובה תחי'
דירעקט קעיר שטאב
סעוועץ ספרינגס גרופ-היים
עב"ג החתן היקר כמר חיים הערש נ"י
בן מו"ה יצחק פינחס גלאנצער הי"ו

פיר ניו יארקער שפיטעלער אויסדערוועלט אלס בעסטע אין לאנד, צווישן 100 אנדערע

ניו יארק – 4 ניו יארקער שפיטעלער זענען באצייכענט געווארן אלס די בעסטע שפיטעלער צווישן 100 אנדערע, לויט א נייער באריכט פאבלוצירט דורך "בעקערס-העלטקעיר.

"בעקערס-העלט-קעיר" פארעפענטליכט ביזנעס, און לעגאלע אינפארמאציע פאר דער העלטקעיר אינדוסטריע, און אצינד האבן זיי איצט אנרוסגעגעבן זייער יערליכע "100 בעסטע שפיטעלער אין אמעריקע" ליסטע, און "האספיטאל פאר ספעשל סוירדזשערי", "מאונט סיני שפיטאל", "ניו יארק פרעסבעטעריען" און "ען. וויי. יו" שפיטאל האבן זיך געציילט צווישן זיי.

אלע פיר שפיטעלער וואס פיגורירן אויף דער ליסטע זענען סטאנציאנירט אין מאנהעטן, אבער מאונט סיני שפיטאל, און ען-וויי-יו פארמאגען נאך אנדערע לאקאציעס אין אנדערע געגנטער.

"בעקערס-העלטקעיר" ברענגט ארויס אין זייער באריכט אז די אויסדערוועלטע שפיטעלער האבן זיך אויסגעצייכענט אין מערערע ספעציעליטעטן, מיט טעכנעלאגישע אייניריכטונגען, שפיטאל מענעדזשמענט און צופרידענהייט ביי אירע פאציענטן.

מזל טוב

יהי רצון מלפני אבינו שבשמים שתזכו לרוות רב נחת דקדושה מכל יוצאי חלציכם מתוך אושר ועושר והרחבת הדעת לשם ולתפארת עד ביאת הגואל

מו"ה
פנחס אברהם קנאפפלער
הי"ו
מענעדזשער, ישיבת תורה וחסדת המספיק
אוו ראקלענד קאונטית סניף רוט. 59
וזוג' החשובה תחי'
לרגל כניסת בנו
הבחור היקר כמר יאיר ני"ו
לעול התורה והמצות

מו"ה
יואל ווייס
הי"ו
אינזערהיים נאכט-שטאב
המספיק אוו ארענדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'
אינזערהיים נאכט-שטאב
המספיק אוו ארענדזש קאונטי
לרגל שמחת לידת הבת נ"י

מו"ה
אשר רינגעל
הי"ו
וזוג' החשובה תחי'
פיסקל קאארדינעיטאר
המספיק אוו קינגס קאונטי
לרגל שמחת לידת הבת נ"י

מו"ה
שלמה הערש שפילמאן
הי"ו
מעינטענענס מענעדזשער
המספיק אוו ארענדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'
קעכערין, דעי העב, - סעמפ קאוטש
לרגל שמחת לידת הבן נ"י

מו"ה
משה בועז גערשאן
הי"ו
וזוג' החשובה תחי'
לרגל שמחת נשואי הבת הכלה החשובה תחי'
מעדיקעיד סערוויס קאארדינעיטאר
המספיק אוו ראקלענד קאונטי
עב"ג החתן היקר כמר ברוך הלוי ני"ו
בן מו"ה אברהם יונתן הלוי מאסבערג הי"ו

מו"ה
שמואל רעבעס
הי"ו
וזוג' החשובה תחי'
מעדיקעד סערוויס קאארדינעיטאר
המספיק אוו קינגס קאונטי
לרגל שמחת לידת הבן נ"י

מו"ה
אלי' מייזעלס
הי"ו
בוכהאלטער - המספיק אוו ראקלענד קאונטי
וזוג' החשובה תחי'
לרגל שמחת לידת הבת תחי'

מו"ה
ישראל יעקב גרינצווייג
הי"ו
בוכהאלטער - המספיק אוו קינגס קאונטי
וזוג' החשובה תחי'
לרגל שמחת לידת הבן נ"י

שפיטאל נייעס

שטורעם נאכדעם וואס "ניו יארק פרעסבעטעריען" **פלאנט אפצושפארן פסיכיטארישע אפטיילונג**

מאנהעטן - א פלאן דורך "ניו יארק פרעסבעטערין" העלט ריז אפצושליסן א שטארק באנוצטע פסיכיטארישע אנשטאלט ביי זייער "העלענס-צענטער" אין מאנהעטן, האט ארויסגערופן זארג ביי הונדערטער איינוואוינער און פאליטישע באאמטע.

אין רעאקציע צו איר קאנטראווערסיעלע פלאן, האבן פאליטישע באאמטע וועלכע פארטרעטן טיילן פון מאנהעטן און די בראנקס געגנטער געשריבן א בריוו צום מענטל העלט קאמישאנער ען מאריע סאליוועז, וואו זיי דרוקן אויס זייער קעגנערשאפט מיט די טענה אז דאס וועט איבערלאזן הונדערטער גייסטיש-אומסטאביליזירטע פאציענטן איבער די גאסן אן די נויטיגע הילף.

"ניו יארק פרעסבעטערין" זעצט דערווייל פאר מיט זייערע פלענער, און ווי זיי זאגן וועלן זיי אינווועסטירן 70 מיליאן דאלאר צו ערזעצן דער פסיכיטארישע אפטיילונג אויפ'ן דריטן שטאק אין זייער העלענס-שפיטאל, און דארטן אוועקשטעלן עטליכע אפעראציע צימערן און נאך פארשידענע וויכטיגע אייניריכטונגען.

דער שפיטאל באהאנדלט ארום 600 גייסטיש ליידענדע פאציענטן יערליך, האלב פון זיי קומען פון "וואשינגטאן הייטס", און די "אינוואד" געגנטער אין מאנהעטן. ★

איינע פון די גיגאנטישע "ניו יארק פרעסביטעריען" געביידעס אין מאנהעטן

המספיק אין בילדער

פייערדיגע מעמד הדלקת בחוצות המספיק

רעכטס: עקזעקוטיוו דירעקטאר מוה"ר הערשל ווערטהיימער הי"ו צינד אן די הדלקה לינקס: די דערהויבענע ריקודין ביי המספיק אוו קינגס, לכבוד התנא אלוקי רבי שמעון בר יוחאי

ואמרתם כל לחי... פייערדיג און דערהויבן... ביים מעמד הדלקה ביי המספיק אוו ארענזש קאונטי

אמר רבי עקיבא... אמר רבי עקיבא...

...שמן ששון מחבריך, מיט זיסע שמייכלען און מוזיקאלישע אינסטרומענטן ביי המספיק אוו ראקלענד קאונטי

נשי שנות חיים אין צוגרייטונג צום יו"ט שבועות

א אנגענעמע צוזאמקום אהערגעשטעלט פאר "נשי שנות חיים"
אין בילד: וואזע בלומען פארטיילט געווארן לכבוד יו"ט

קונסט-ווערק

קינגס קאונטי המספיק דעי-העב, איין קייט פון לעבעדיגע אקטיוויטעטן

וְהוּא יִהְיֶה לִי לַעֲטֶרֶת צְבִי
בשם כל פועלי מפעלנו נשגר בזה ברכת ידידות ואהבה, ברגשי גיל וחדוה,
ברכת מזלא טבא וגדיאה יאה, כי לו נאה, קדם מעלת כבוד האי גברא יקירא,
עוסק בצרכי ציבור באמונה, בדעת ובתבונה, מעוטר במעלות נשגבות בעדי עדיים,
נודע בשערים, בפעולותיו היקרים, מוקיר רבנן במעשים טובים, איהו גופא נודע לשם
ולתפארה, עוטה אורה, בתורה ובכל מלאכת עבודת הבורא, כבוד שמו תפארה, בהוד והדרה,
מוה"ר ר' צבי ווערטהיימער הי"ו
עקזעקיוטיוו דיירעקטאר המספיק אוו קינגס קאונטי
בן ידידינו עוז הרבני הנגיד המפואר מאיר דרכנו ונשיא מפעלנו
מוה"ר ר' מאיר ווערטהיימער הי"ו
עקזעקיוטיוו דיירעקטאר - ניישא
מנהל ומייסד המספיק
לרגל אשר השמחה במעונו, בעזר צורו וקונו,
בעת שמחת אירוסי בנו/נכדו
המו"מ בתו"י הבה"ח כמר בערל נ"י למז"ט ובשעטומ"צ
עב"ג בת מוה"ר ר' ישראל פריעדמאן הי"ו - מאנטריאול
ואילין מיליא, יהון לרקעיא, שהבורא עלם ועלמיא, ישפיע לו שפע קודש משמי
שמיא, ויזכה לראות מהם ומכל יוצ"ח רב תענוג ונחת מתוך הרחבת הדעת דקדושה,
עם כל ברכאן דנפישא, במרום ילמדו עליו ועל בני ביתו זכות שתהא למשמרת, אך
טוב וחסד ירדפוהו כל ימיו, תורה וגדולה על שלחנו מתוך עושר וכבוד וכל מיני
ברכות דבמזלא תליא, בבריות גופא ונהורא מעליא, עדי נזכה כולנו לשמחת
עולם על ראשינו, בביאת גואלינו, בב"א.
המאחלים ומשתתפים בשמחה ברגשי ידידות והערצה
'ניישא'
'טריי-קאונטי קטיר'
'המספיק טשויס'
'המספיק-קטיר'
'המספיק אוו קינגס קאונטי'
'המספיק אוו ארטנדצש קאונטי'
'המספיק אוו ראקלטנד קאונטי'

המספיק אין בילדער

ארענדזש קאונטי לערנט חורש

מכח על הפועל: ארענדזש קאונטי המספיק דעי-העב פירן אויס הלכה למעשה, נאכן לערנען איינע פון די ל"ט מלאכות, "חורש"

פסח שני

ליל התקדש חג, אויך אום פסח שני ביי ראלקענד קאונטי המספיק דעי העב

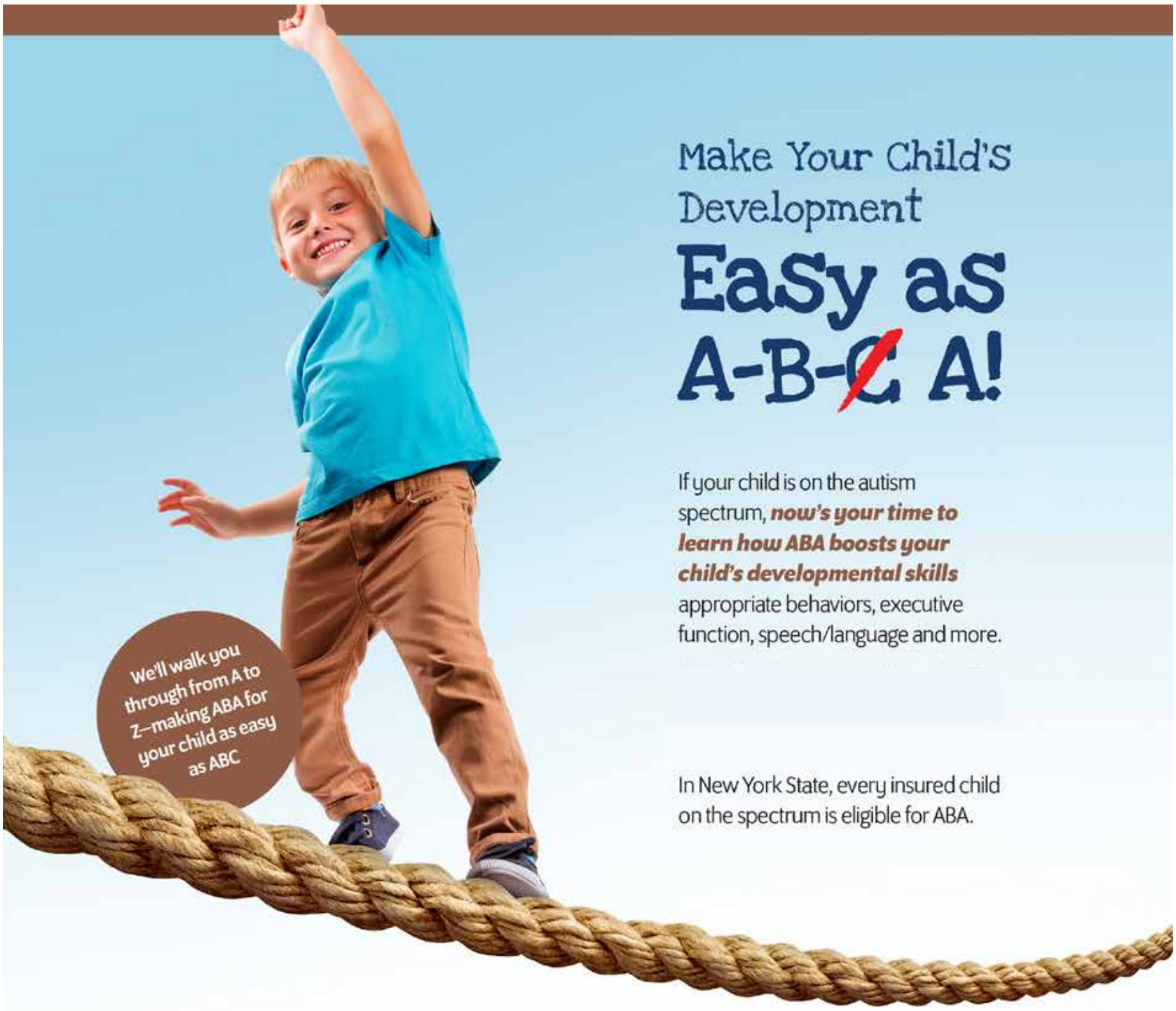
קאלירפולע פארברענגען און ליכטיגע מסיבות ביי ראקלענד קאונטי המספיק דעי העב

ביז די הונדערט און צוואנציג... פייערליכע יום הולדת אפגעראכטן געווארן פאר איינע פון די טייערע בחורים ביי ראקלענד קאונטי המספיק דעי העב

קאפ און מח: א קאמפליצירטע פאזל ווערט צוזאמגעשטעלט אין די פרייע-צייטן

דער יו"ט שבועות איז פאראיבער, אבער שב"ק איז אט אט ביים שוועל... אלס לכבוד שבת...

לשובע ולא לרזון... גייסטרייכע מאמענטן ביים דערהויבענעם סעודת הילולא לע"נ רבי ישעי'לע מקרעסטיר זצוק"ל ביי המספיק אוו ראקלענד קאונטי
דעי העב, אין שפיץ פון חשובער עסקן ר, משה גראס הי"ו, אן איינקעל פון רבי ישיעי'לע - האט'סט געפוילט אלעס גוטס...אלעס גוטס...



Make Your Child's Development

Easy as A-B-C A!

If your child is on the autism spectrum, ***now's your time to learn how ABA boosts your child's developmental skills*** appropriate behaviors, executive function, speech/language and more.

In New York State, every insured child on the spectrum is eligible for ABA.

You believe your child deserves a bright future.

We agree.

By building your child's social and emotional skills and redirecting your child's behavior, our ABA program gets your child there.

Call us now!
We'll walk you through from A to Z making ABA for your child as easy as ABC.

HAMASPIK
CENTER FOR HUMAN SERVICES
המספיק
מרכז עזרה לצרכי המיוחד

Your Hamaspik ABA Contact:
Reiny Steif
P 845.503.0239
E rsteif@hamaspikrockland.org

ד' 'סארנא'

דער סוד פון דר. סארנא'ס וואונדערליכע מעטאדע אויסצוהיי

דריי און צוואנציגסטער ארטיקל

קראונס, א סך הכל

אינעם פאריגן ארטיקל האב מיר בריט אויסגעשמועסט די ראלע פון געפילן אין מער ערענסטע מאגן פראבלעמען, ווי קראונס, וכדו'. מיר האבן אויסגעשמועסט די פארשידענע מיינונגען איבער די רעזולטאטן פונעם סארנא מעטאד וועו עס קומט צו היילן קראונס וכדו'. מיר וועל דאס איבערשמועסן בקיצור:

- לויט דר. שובינער איז דאס א מחלה וואס קען נישט ענטליך געהיילט ווערן מיט דעם מעטאד, נאר עס קען 'קאנטראלירט' ווערן, און די שמערצן וועו ערן נישט ערגער.
- אסאך מענטשן קענען אבער פארט פארציילן ווי זייער קראונס און קאלייטעס איז ענטליך געהיילט געווארן אדאנק דעם סארנא מעטאד. עס קומט נאר אמאל צוריק אין א צייט פון סטרעס.
- מיין עקספיריענס מיט מענטשן, איז געווען אזוי און אזוי. געוויסע מענטשן וואס האבן אפילו פארשטאנען דעם סארנא מעטאד און האבן מצליח געווען מיט דעם אויף אנדערע סארט מחלות, האבן נישט מצליח געווען מיט דעם אויף זייערע קראונס, און האבן געמוזט ארבעטן אויפצוגראבן די באהאלטענע געפילן וואס זענען געבליבן שטעקן אין זייער קערפער. געוואנדן אויף ווי ווייט זיי זענען געגאנגען, האבן געזען שיינע רעזולטאטן און האבן געקענט סאך גרינגער זיך מסדר זיין מיט זייער קראונס, עסן מער נארמאל, הגם עס איז נישט אלעמאל ענטליך אוועקגעגאנגען.

מיר האפן אין די קומענדיגע ארטיקלען אויסצושמועסן אזא מעשה פון א קראונס ליידענדע, וואס האט מצליח געווען צו רעדעצירן א גרויסע חלק פון זיינע סימפטאמען, א דאנק דעם וואס ער האט מצליח געווען צו דערגיין וואס זיינע באהאלטענע געפילן זענען געווען.

וואס בלייבט איבער צו פרעגן, איז דא אזא מציאות אז די פארזשאוועטע "קראונס" קושקע זאל ענטליך אויסגעהיילט ווערן, אדער וועט עס אלעמאל איבערלאזן עפעס "קריצן" אינעם מאגן, אין אנדערע ווערטער מיינען זיי צו פרעגן, וואס פאסירט אינעם מאגן וועו מען זעט פאזיטיווע רעזולטאטן מיט דעם מעטאד, ווערט דער קושקע 'ריין גלאט', אדער עס בלייבט צוקראצט, נאר עס טוט פשוט נישט ווי? דאס איז א גוטע פראגע, און אויף דעם קען איך נאר זאגן מיין מיינונג, אבער געדענקט אז דאס איז נאר א השערה, און דער אמת וועט דער מענטש נאר קענען וויסן אויב וועט ער מאכן א 'טעסט' בעפאר ער נוצט דער מעטאד און נאכדעם וואס ער ענדיגט דער מעטאד, צו קענען באמת זען די חילוק פון בעפאר און נאכדעם.

מיין השערה איבער דעם גייט אזוי: דער באשעפער האט אויסגעשטעלט די בריאה, אז וועו א מענטש כאפט א שניט אויף די פינגער וועט זיך עס אליינס ערהוילן. דער נאטורליכע פרעצעדור ארבעט אזוי, די בלוט פאנגט זיך פון די שטורמישע און שטארקע געפילן וואס דער מענטש האלט איין אין זיך, און דאס טוט לייגען שטארקע דרוק אויף דער קושקע וואס די רעזולטאטן דערפון זענען זייער וויטאגליך, און וועו די עסן גייט דארטן דורך ברענגט עס פארן מענטש שטארקע יסורים.

איצט שטעלט זיך דער מיליאן-דאלער'דיגע פראגע: מיר ווייסן דאך אלע

> אבער וויבאלד ער איז היבש צומישט אונטער זיין באוואוסטזיין, וועט אים זיין זייער שווער צו מאכן ריכטיגע באשלוסן

אן אויסצוטרוקענען און דערנאך וועט עס פארהארטעוועט, און אין די קומענדיגע טעג וועט דער וואונד מער און מער פארמאכט אונטער די פארהארטעוועטע בלוט. מיט די צייט וועו דער וואונד איז שוין ענטליך פארהיילט וועט די הארטע שטיקל בלוט זיך צוביסלעך אפטיילן פון הויט, און אראפפאלן.

אבער וואס פאסירט אויב אן אויבער-חכם וועט אראפקראצן די הארטע בלוט נאך איידער דער וואונד איז ענטליך פארהיילט? דאן וועט עס פריש אנפאנגען בלוטן. און אויב דער מענטש וועט כסדר טשעפן דער וואונד וועט עס אזוי בלייבן פאר א לענגערע צייט ביז ווילאנג ער הערט עס אויף צו טשעפן, אט די זעלבע פאסירט ביי קראונס וכו'. די קושקע פונעם מענטש וועט שטארק צוריבן אז א וואונד אין די קערפער וועט זיך אליינס ערהוילן, דאן פארוואס איז דער קושקע אנדערש? דער קושקע וואלט זיך אויך געדארפט היילן פון זיך אליין, דער קושקע פארמאגט די זעלבע הארמאנען וואס די הויט פארמאגט. נאר וואס דען?

איינמאל דער קושקע פאנגט זיך אן היילן, ווערט זי אטאקירט מיט א פרישע פארציע עמאציאנאלע געפילן וועלכע גיבט אויס דרוק אויף דער קושקע און עס שטעלט אפ די היילונג פרעצעדור וואס האט זיך שוין אנגעפאנגען אויף דער קושקע, און עס געבט נישט פאר די קושקע די רואיגע פאר וואכן זי זאל זיך קענען גענצליך ערהוילן. וי נישט וי, גייט יעדע מענטש דורך שוועריקייטן אויף א טעגליכע פארנעם, איינער מער און איינער ווייניגער, אבער יעדע מענטש האט זיך זיינע שווערייקייטן, און אויב ווייסט ער נישט וויאזוי צו באהאנדלען זיינע געפילן, וועט ער פון אונטערן באוואוסטזיין שיקן נאכאנאנדע דרוק אויף זיינע קושקעס, און זי וועט זיך קיינמאל נישט קענען ערהוילן.

וואס פאסירט אבער, וועו דער מענטש זעצט זיך אוועק, און לערנט זיך אויס וויאזוי צו באהאנדלען זיינע געפילן, און ער לערנט זיך אויס אז אנשטאטס עס אריינצושיקן אינעם מאגן, איז אויך דא א וועג וויאזוי עס ארויסצוזאגן מיט די מויל? דאן וועט דער קושקע האבן צייט פון מנוחה און רואיגקייט און זי וועט זיך נאטורליך ערהוילן געווי ווי ביי א שניט אויף די פינגער, אנדעם וואס עס זאל כסדר ווערן פריש צוריבן.

ב"ה מיר האבן צוריק געהערט אסאך גריסן פון אסאך פון אונזערע ליינער איבער די לעבעדיגע ערשט-היינטיגע געשיכטעס וואס מיר האבן געשילדערט פון מענטשן וועלכע האבן באויזן איבערצוקומען זייערע שווערigקייטן און די וייטאגן זענען אוועקגענגען, די געשיכטעס האבן געגעבן פאר די ליינער א 'לעבעדיגע בליק' צו קענען זען בחוש, וויאזוי זעלישע געפילן קענען האבן אן השפעה אויפן גוף, און וויאזוי די פיזישע וייטאגן גייען אוועק איינמאל די זעלישע געפילן זענען מסודר געווארן.

ביז אהער האבן מיר נאר פארציילט געשיכטעס פון מער לייכטערע, און נישט אזעלעכע קאמפליצירטע וייטאגן. ביי "קראונס" קען אבער זיין אנדערש, און פארשידענע געפילן קענען זיין געקניפט און געבינדן איינס מיטן אנדערן. כדי די ליינער זאלן קענען באקומען א שטיקל באגריף וויאזוי דאס ארבעט, און וויאזוי פארשידענע געפילן קענען אלע צוזאמען מאכן איין שטארקע סימפטאם - קראונס, וועלן מיר אי"ה אין די קומענדיגע פאר ארטיקלען פארציילן איבער עטליכע סעסיעס וואס איך האב מיטגענהאלטן מיט ישעי', א קראונס ליידנדער, און וויאזוי זיינע יסורים זענען היבש פארמינערט געווארן אדאנק דעם וואס ער האט זיך געקענט פארבינדן צו זיין אינערליכע וועלט פון געפילן.

ישעי'ס קראונס איבערלעבעניש

ישעי' איז געווען פון די מענטשן וועלכע האט געליטן פון פארשידענע פיזישע און זעלישע סימפטאמען, ווי רוקן וווייטאג, עקזימע, א.ד.ג. וועו ער האט מיר די ערשטע מאל דערציילט זיין וויטאגליכע געשיכטע איז עס בכלל נישט געווען קיין וואונדער פאר מיר אז ער זאל ליידן פון אזויפיל סימפטאמען. וועו א מענטש מאכט דורך

רעוואלוצ'ע

חלק כ"ח

ילן ווייטאגן און וויאזוי עס צו נוצן למעשה

חיים מאיר הכהן פערל

אזעלכע שווערע מיטמאכענישן אין זיינע יונגע יארן איז פשוט נארמאל אז אז עס זאל ארויפברענגען ווייטאגן וועג מען ווערט עלטער.

ישעי' האט שוין געהאט געהערט פון מענטשן איבער דער סארנא מעטאד, און איינמאל ער האט זיך דערין אריינגעלייגט האט ער בס"ד באוויזן פטור צו ווערן פון אלע זיינע סימפטאמען; ישעי' האט אויך געליטן פון "קראונס", אבער דארטן האט ער נישט געזען קיין שום פארבעסערונג.

ער איז געווען אונטער מעדיצינישע באהאנדלונגען דורך פארשידענע 'קראונס' ספעציאליסטן, אבער לויט ווי ער האט געהערט פון געוויסע עקספערטן אין דעם געביט דארף דער "סארנא מעטאד" אויך העלפן פאר זיין "קראונס". ער האט זייער נישט געוואלט זיין אראפגעבינדן זיין גאנצע לעבן צו זיינע קראונס מעדיצינען, דעריבער האט ער באשלאסן צו פרובירן דער סארנא מעטאד און זען צו עס וועט היילן זיין קראונס, און האפענטליך מיט די צייט קענען אראפגיין פון זיינע מעדיצינען.

זייט 32»

לייענער'ס סארנא

לייענער פרעגן און שרייבן פון אייגענער ערפארונג מיט די "סארנא מעטאדע"

6564 וויי ווייט דארף מען צירוק גיין

איך בין זייער אנציקט פון דער געוואלדיגע סארנא מהלך, און וויאזוי זי טוט אויף געוואלדיגע זאכן פאר אסאך מענטשן, אבער לייענדיג ערליך יעדן מאנאט די סעריע ארטיקלען האב איך געוואלט אויפמערקן אז לכאורה פעלט נישט אויס צו קריכן צו דער ווייטער פארגאנגענהייט און ביז די יוגנט יארן צו טרעפן אלטע איינגעגעסענע שווערע ווייטאגן וואס קענען אפשר גורם זיין די פיזישע ווייטאגן.

איך האב שוין פרובירט אין דער פארגאנגענהייט און איך טרעף כסדר אפי' בלויז קליינטשיגע, פשוט'ע, יעצטיגע שווריקייטן, ווי צב"ש: כ'האב געוואלט עפעס טון און כ'בין נישט אנגעקומען; דאס איז נישט געלונגען אדער יענץ, אא"ו. וואס קען ברענגען פיזישע ווייטאגן.

די זאכן ברענגען נישט קיין שווער הארץ, און דריינען נישט איריין אין נאך טיפערע פראבלעמען וואס שאפן זיך דורכ'ן דוקא גיין זוכן און צוריק ארויף ברענגען אלטע שווערigקייטן וואס מען האט שוין לאנג אדורכגעשוויצט און מעגליך שוין אפילו שלום געמאכט דערמיט. מיין פארשלאג איז אז מען זאל רחמנות האבן אויף זיך אליינס און זיך נישט אריינלאזן אין אלטע פארגעסענע הייקעלע, און פראבלעמאטישע זאכן מיט די אייגענע הענט! נוצט טאקע "סארנא מעטאד", אבער בלייבט נארמאל!

(-)

ח"מ פערל: איך ווייס נישט פון וואו איר האט געגומען דער געדאנק וואס איר שרייבט. 'נוצט טאקע סארנא מעטאד , אבער בלייבט נארמאל'. פונעם נוסח הבריוו, זעט אויס אז איר האט שוין פראבירט אריצוקריכן און 'זוכן' פראבלעמען פון אמאל, אבער אן קיין סוקסעס. אייער מסקנא דעריבער איז, אז גריבלען אין דעם 'אמאל', מאכט נאר מער פראבלעמען. איר האט געטראפן אז נוצן סארנא אויפן טאג טעגליכן פראבלעם און דאגה, קומט אייך זייער צוניץ, אן דארפן מאכן עקסטערע קאמפליקאציעס.

אבער עס איז דא צוויי חלקים צו ענטפערן דעם בריוו.

די ערשטע נקודה איז, אז עס איז ריכטיג אז כדי צי לעזן דעם בלויזן 'ווייטאג פראבלעם', דארף מען נישט אלעמאל קריכן צום אמאל. אויב האט איר געלייגט אונזערע ארטיקלען ביז אהער, וועט איר זען אז מיר זענען דאס שטארק מדגיש אז עס איז עפעס וואס פאסירט 'יעצט' און לאו דווקא 'אמאל'. עס איז שיין צו הערן דאס וואס איר שרייבט אז איר קענט טאקע טרעפן טעגליכע "סטרעס" אין אייער טאג-טעגליכע לעבן, און וויאזוי דער ווייטאג קומט צוליב דעם.

אבער לאמיך איין פרעגן, און מענטשן פרעגן מיר דאס כסדר, איז דאס נארמאל? דארף איך יעדע מאל האבן שטארקע קאפ-ווי וועג איך גיי אריבער א פשוטע סטרעס? פארוואס זאל איך נישט קענען איינמאל פאר אלעמאל פטור ווערן דערפון און קענען הענדלען סטרעס ווי א נארמאלע מענטש? מענטשן ווילן פארשטיין וואס גייט פאר מיט זיי און וואס קענען זיי טון דאס צו לעזן.

און דא קומט נקודה נומער 2 אריין אין בילד.

כדי צו קענען לעזן דעם פראבלעם איינמאל פאר אלעמאל, מוז מען קריכן אביסל טיפער און זען וואס איז דער 'שורש' פון זיין פראבלעם. עס איז דא א געוויסע געפיל וואס דרייט זיך אינעם מענטש, וואס ווערט 'געטריגערד' יעדע מאל עפעס א סטרעס קומט ארויף אין לעבן, און דער געפיל איז 'דער' געפיל וואס דרייט אן דעם גאנצן סיסטעם אויף א "ראולער קאוסטער". אויב מ'קען אויסדרייען דעם איינעם געפיל, דאן וועט דער מענטש קענען סאך רואיגער אננעמען א שווערigקייט אין לעבן, אן דעם וואס דער סיסטעם זאל זיך צושפילן מיט ווייטאג. צו דערגיין וואס דער געפיל איז, פעלט זיך אויס אסאך מאל אריינצוגיין אין דעם 'אמאל' און נישטערן אין דער פארגאנגענהייט צו זען צו דער שורש געפונט זיך נישט דארטן.

די שאלה איז אבער וואס מיינט 'אמאל'? וואס דארף מען טרעפן? מענטשן קענען זיין צומישט און נישט פארשטיין קלאר וואס מען דארף טרעפן, און אין דער פסיכלאגישע וועלט, בפרט די וואס גייען מיט די שיטה פון "סייכואנאלעסיס", האלט מען אז עפעס דארף מען טרעפן אין דעם אמאליגן פארגאנגעהייט בכדי צו קענען אויסהיילן דעם שורש. דאס קען זיך אריינלאזן אין קאמפליקאציעס וויל ווער זאגט אז ס'איז טאקע דאס, און ווער זאגט אז ס'איז יענץ? עס זעט אויס פון אייער נוסח אינעם בריוו אז איר זענט געפאלן א קרבן פאר אזא סארט 'געזוכעכץ'. וואס האט געברענגט אומגעוואונטשענע פראבלעמען.

מיר טרעטן אבער צו דערצו מיט גאנץ אן אנדערע מיינונג.

ווער עס האט געליינט די לעבעדיגע געשיכטעס אין אונזערע ארטיקלען וועט זען אז די שורש וואס האלט אן די רונדע ווייטאגן אויף יעדע קליינע סטרעס, איז לאו דווקא א געשעהנישן פון אמאל, נאר אלעמאל איז עס עפעס וואס פאסירט 'היינט', למשל היינט טוט מען א זאך וויל מען גלייבט אז 'היינט' קען פאסירן עפעס שרעקוועדיג, און מען דארף זיך אכטונג געבן דערפון. וואס יא, די סיבה וואס האט געמאכט א מענטש 'גלייבן' אז דער אדער די דאזיגע מצב קען צוברענגען צו אזעלכע קאנסעקווענצן, האט זיך אנגעהויבן ערגעץ וואו אינעם יוגענט, און אזוי האט זיך דער מענטש אויסגעלערנט צו לעבן אזוי ביז'ן היינטיגן טאג. אסאך מאל איז זייער וויכטיג צו דערגיין פון וואו, און פארוואס דער מענטש האט זיך אויסגעלערנט אזא סטראטעגיע, וויל אזוי קען מען בעסער העלפן דעם מענטש זיך אפטיילן דערפון, דורך דעם וואס דער מענטש קען פארשטיין די חילוק פון אמאל ביז היינט. אבער אפילו עס האט זיך אנגעהויבן אמאל, איז עס נאך אלס דא היינט, און וועגן דעם איז דא פראבלעמען.

געדענקט! אויב איז נישטא קיין סיבה 'היינט' אנצוהאלטן דעם סטראטעגיע, איז נישטא קיין ווייטאגן. פיריעד. דערפאר, אויב וויל מען פטור ווערן פון די ווייטאגן לעולמי עולמים, און עס גייט נישט אוועק דורך 'בלויז' וויסן אז עס איז נפשיות'דיג, איז וויכטיג צו וויסן דעם שורש וואס טוט היינט אנזייען די ווייטאגן.

אבער דאס צו טרעפן ברויך מען א שטיקל מומחיות און זיין באהאוונט וויאזוי דאס צו טרעפן, דעריבער דארף עס געטון ווערן דורך א מומחה וואס פארשטייט דערצו און נישט סתם נישטערן און נישט וויסן מען זיכט, און דערנאך ליידן אומזיסטע עגמת נפש.

די 'סארנא' רעוואלוציע

חיים מאיר הכהן פערל

«זייט 31

ישעי' האט טאקע אזוי געטון, ער האט ערליך אויסגעפאלגט די סארנא אנווייזונגען, אבער ער האט למעשה נישט געזען קיין פארבעסערונג, די קראונס האט אים ווייטער געבערנגטע שרעקליכע ווייטאגען און פארשידענע אנדערע אומאיינגענעמליכקייטן.

ווען ער האט אנערקענט אז עס ארבעט נישט ביי אים האט ער זיך מיט מיר פארבינדן און געבעטן מיין הילף. די איינציגסטע אפציע וואס איך האב געזען פאר אים אויפ'ן מאמענט, איז אריינצוגיין אונטער זיין באוואוסטזיין און ארויסשלעפן די שווערע באגאזשן "סטרעס" וואס געפינט דארטן באגראבן. ישעי' האט מסכים געווען און מיר האבן אפגעשמועסט א צייט וועג זיך צו טרעפן.

פארשטייט זיך אז די ערשטע פראגע וואס ער האט מיר געפרעגט איז געווען, "ווילאנג וועט דער פרעצעדור געדויערן? אויף וואס איך האב למעשה נישט געקענט ענטפערן וויבאלד "קיינער וייסט נישט וואס דארט ליגט אלס באהאלטן"... האב איך זיך געוויצלט...

למעשה איז דער אינגערמאן אפגעזיצן ביי מיר פאר 8 סעסיעס, אבער צוליב פערזענליכע סיבות, און בעיקר וועגן געלט וויאזוי עס וועט זיך אויסקאכן.

אצינד וועט איר לעבעדיג מיטהאלטן, וויאזוי אונזערע סעסיעס זענען צוגעגאנגען.

סעסיע 1

ס'איז געווען א שיינעם געווענליכן מיטוואך נאכמיטאג וועו איך האב מיר געטראפן מיט ישעי', א מיטל-גארטיגער אינגערמאן אין די נידעריגע 30'ער יארן. מיר האבן זיך העפליך באגריסט און ער איז פארבעטן געווארן זיך אנידערצוזעצן. ישעי' איז קענטליך געווען ערשעפט אבער אין די זעלבע צייט אפטימיסטיש אז אט אט וועט ער זען א ישועה.

די ערשטע זאך האט ער מיר אנגעפאנגען דערציילן וויאזוי זיין 'קראונס' האט זיך שרעקליך צעשפילט די פארלאפענע וואך. ער דערציילט מיט ווייטאג וויאזוי ער איז געווען געצווינגען צו פארלאזן זיין דזשאב, אבער עס איז נישט געווען בלויז א 'דזשאב', נאר ער האט פארמאגט א וויכטיגע פאזיציע אין א פלאץ וואו זיינע בעלי בתים זענען געווען גאר שטארק צופרידן פון זיין ארבעט, וויבאלד ער האט באוויזן אויפצובויען דער ביזנעס. אבער מיט א צייט צוריק האט זיך געשאפן געוויסע ריסן צווישן אים אין זיינע אויבערהארן, ער האט זייער געוואלט א העכערונג אין זיין וועכנטליכע געהאלט, און

> ישעי' קומט נישט באמת פון קיין צובראכענע שטוב, אבער ער האט דורכגעלעבט זיינע יונגע יארן היבש "סטרעספול"

זענען די סעסיעס געקומען צו א פריצייטיגע אפשטעל, אבער פארט האט ישעי' געזען געוואלדיגע רעזולטאטן און עס האט זיך ארויסגעשטעלט אז פאר אים האט דער מעטאד כאטשיק געהאלפן אז די קראונס זאל נישט ערגער ווערן, און ווי וואונדערליך זענען זיינע סימפטאמען אראפ מיט איבער 50 פראצענט; מיט די צייט האט ער אפילו געקענט אנפאנגען נעמען ווייטאמינען און אביסל אראפגיין פון מעדיצינען, א זאך וואס ער האט נישט געקענט טון ביז היינט. ביז איצט וועו ער פלעגט נעמען ווייטאמינען זענען זיינע סימפטאמען בלויז ערגער געוואקסן. דר. שובינער'ס דיאגנאזע האט זיך ארויסגעשטעלט צו זיין ריכטיג אין ישעי'ס פאל.

פאר מיר זעלבסט איז דאס געווען אן אינטערעסאנטער ערפארונג, ווייל ישיע' איז געווען מיין ערשטער קראונס-פאציענט, און איך בין געווען שטארק נייגעריג צו זען וויבאלד ער האט נישט געקענט באקומען וואס ער האט געוואלט, האט ער באשלאסן אז ער קען נישט ווייטער ארבעטן אין די ביזנעס.

עס איז אוודאי נישט לייכט אנגעקומען פאר אים זיך צו דריינען אן קיין ארבעט, אבער ישעי' האט דא אנערקענט אז ס'איז קלאר אז "סטרעס" האט א שטארקע פארבינדונג מיט "קראונס".

ישעי' דערציילט אז ער קומט נישט

באמת פון קיין צובראכענע שטוב, אבער ער האט דורכגעלעבט זיינע יונגע יארן היבש "סטרעספול". די שווערייקייטן וואס ער געדענקט יא פון אלס קינד איז די שווערע פינאנציעלע מצב אין וואס זיינע עלטערן האבן געלעבט, און וויבאלד ער איז געווען די יונגסטע אין שטוב האט עס זייער געשטערט פאר זיין מנוחת הנפש. ישעי' דערציילט אויך וויאזוי ער איז 'אביוזט' געווארן פון אנדערע מענטשן דורך פארשידענע אופנים; ס'איז נישט וויכטיג אריינצוגיין דערין, אבער איז גענוג ווייטאגליך געווען אז עס זאל אפעקטירן זיין לעבן.

איינמאל איך האב געהערט זיין שטורמישע געשיכטע און די פיינפולע איבערלעבענישן וואס ער האט מיטגעמאכט אין זיינע יוגנט יארן איז מיר שוין נישט געווען קיין וואונדער פארוואס ער לייד פון קראונס. 'אביוז' לאזט איבער שווערע אפעקטן אויפן נפש פונעם קינד און עס קלאפט אויס אין די שפעטערע יארן. ביי די 18-17 יאר האט ער אנגעפאנגען ליידן פון קראונס, און ער האט זיך געווואונדערט פארוואס האט ער נישט אנגעפאנגען ליידן פון קראונס אין די יונגערע יארן בשעת ער איז דורכגעגאנגען די שווערייקייטן? פארוואס איצט ביי די 18-17 יאר, וועו ער האט נישט געזען קיין ערנסטע פראבלעמען, האט ער אנגעפאנגען ליידן פון קראונס?

מענטשן דארפן וויסן אז זייער אסאך מאל וועו א מענטש לעבט דורך שווערייקייטן וועט עס נישט אזוי שאטן בשעת מעשה נאר עס וועט אויסקלאפן אין די שפעטערע יארן, און ס'איז נישט מער ווי נארמאל אז אויב א קינד גייט דורך געוויסע שווערייקייטן לייגט עס אריין אין אים א שטארקע "סטרעס" וויבאלד דאס קינד ווייסט נישט וויאזוי זיך אן עצה געבן דערמיט, (זעה באריכות אין ארטיקל 12-11, ניסן-סיון תשע"ז) דאס איז גורם א וועו ער וואקסט אונטער און דארף פאסן באשלוסן אין לעבן און וויבאלד דאס קינד/ערוואקסענער איז היבש צומישט אונטער זיין באוואוסטזיין וועט אים זיין זייער שווער צו מאכן ריכטיגע באשלוסן און דאס קען פאראורזאכן פיזישע קאמפליקאציעס.

איך שרייב עס ווייל ס'איז אויכטיג צו וויסן אז די ערשטע זאך וועו מען וויל היילן פיזישע וויייטאגן אויף אזא פארנעם איז נישט דער וועג 'צוריק צו גיין' גלייך צום "טראומע" און זען וויאזוי דאס טוט אפעקטירן דעם גוף, וויייל דער פיזישע וויייטאג איז נישט ביסודו פראדוצירט געוואקרן פונעם טראומע, נאר פון די פראבלעמען אין לעבן וואס זענען שפעטער צוגעקומען, און דאס זענען די פראבלעמען וואס דארפן קודם אדרעסירט ווערן. אויב יענע פראבלעמען ווערן אדרעסירט ערשט, און נאכדעם זעט מען ווי די אלטע טראומעס אפעקטירן אויך דעם גוף, קען מען עס דעמאלטס באהאנדלען, אויב אבער וועט מען גלייך גיין צום טראומע נאך פאר מען ווייסט פונקטליך וואס די 'מטרה' פון די פיזישע פראבלעמס איז, דעמאלטס איז יצא שכרו בהפסדו.

ביי ישעי' האט זיך דאס שטארק ארויסגעווייזן, אז קודם איז געווען וויכטיג פאר אים צו פארשטיין דער 'עמאציאנאלע פונקציע פון זיין קראונס' היינטיגע צייטן, און דאס האט שטארק אויפגעמאכט די אויגן פון ישעי' צו פארשטיין פארוואס עס האט זיך אנגעהויבן דוקא ביי די 18 יאר.

מער איבער ישעי' ביי די אנדערע סעסיעס, אינעם קומענדיגן ארטיקל בעז"ה.

מו"ה חיים מאיר הכהן פערל הי"ו איז א לייף און ביזנעס קאוטש, און פריוואטער מדריך און עקספערט טרענירט צו נוצן די סארנא מעטאדע. במשך די לעצטע פאר יאר נוצט ער די מעטאדע און נאך פראפעסיאנאלע מהלכים אין וועלכע ער איז געלערנט, צו העלפן ביזנעס לייט, ארבעטער און עקזעקיוטיוון, באפרייט צו ווערן פון זייערע וויייטאגן וואס שטערן זיי פון דערגרייכן זייער מאקסימום.

פאר קאמענטארן און/אדער שאלות קען מען זיך פארבינדן מיט אים דירעקט אויפ'ן טעלעפאן נומער, 845-533-3082; פאקס, 845-533-3537; אדער אויף די בליץ-פאסט אדרעססע, info@lifeasecoaching.com.

● ◄ געזונטהייט נייעס

וויסנשאפטלער:

נייער מעטאד וועט ערזעצן ביז-איצטיגע "רוט-קאנאלן"

וואשינגטאן - סייענטיסטן האבן אנדעקט א נייער מעטאד וואס וועט ערזעצן די ביז-איצטיגע אומאיינגענעמע פרעצעדור פון "רוט-קאנאלן און פילינגס".

רוב מענטשן וואלטן זיך זייער נישט געוואלט טרעפן זיצן אויפ'ן אומבאקוועמע דענטיסט-שטול... א פרעצעדור וואס ברענגט מיט זיך פיין און אומאיינגענעמליכקייטן, איבערהויפט ווען מען דארף דורכגיין א "פילינג" אדער א "רוט-קאנאל". לויט עקספערטן האלטן זיך מענטשן צוריק פון באהאנדלען זייערע ציינער צוליב די ענקזייעטי וואס אזא ערפארונג ברענגט מיט זיך, און ווי זיי זאגן וועלן א דריטל אמעריקאנער איבערהיפן זייערע דענטיסט אפוינטמענט'ס צוליב שרעק; אבער מיט דער נייער ערפינדונג וועלן די סארט דענטעל-באהאנדלונגען בקרוב ווערן א טייל פון היסטאריע.

סייענטיסטן ביי די "וואשינגטאן יוניווערזיטעט" (UW), האבן אהערגעשטעלט א נייע פראדוקט וואס זיי באצייכענען אלס אן "איזי-טו-אפליי", און עס וועט באהאנדלען לעכער אין די ציינער אן קיין אפעראציע. דער שטודיע איז פאבלוצירט געווארן אין די "זשורנאל עי. בי. סי. ביא-מאטיריעל'ס, אוו סייענסט און אינדזשענירונג", און איז ווארעם באגריסט געווארן דורך "דענטעל עקספערטן" און איבערהויפט ביים פשוט'ן המון.

די מענטשליכע קערפער פראדוצירט געוויסע נאטורליכע "פראטינען" וואס געבן ארויס אירע אייגענע "אמינא-עסיד'ס", און עס פראדוצירט מינעראלן וואס שטארקט די קרוין פון די ציינער. דער פראדוקט וועט פארמאגען אין זיך די סארט מינעראלן וואס בויען די ציינער, א דערגרייכונג וואס וועט פיל פארלייכטערן פאר פאציענטן וואס נויטיגען זיך אין "פילינגס" אדער "רוט-קאנאלן".

וויסנשאפטלער זאגן, אז דער נייער פראדוקט איז 100 פראצענט נאטורליך, און עס וועט קענען גענוצט ווערן פאר קינדער און עארוואקסענע, אין נאנטן צוקונפט. די גוטע נייעס איז, אז מען וועט קענען באקומען דער פראדוקט אווער-דע-קאונטער, דאס מיינט אז איינמאל דער פראדוקט ווערט פולשטענדיג אנטוויקלט און באשטעטיגט, וועט עס קענען אריינגעשטעלט ווערן אין "טוט-פעיס", אדער דזשעלס, און דער מענטש וועט עס קענען אליינס נוצן צו שטארקן, בויען, און פאררעכטן די ציינער, און דורכדעם אויסמיידן די ווייטאגליכע רוט-קאנאל פרעצעדורן.

געזונט און געשמאק

קארן

שטאפל: גרינג | מאס: 6 פארציעס

צייט אנצוגרייטן: 0:10

א גרינגע און קארן סאלאט

באשטאנדטיילן/אינגרידיענטס:

1 קען-קארן
3 זויערע פיקלס – געשניטן אין קליינע קעסטעלעך
1 באקס גרעיפ-טאמעטאס – צושניידט אין האלבע סלייסעס
¼ גלעזל צושניטענע איילבירטן
1 רויטע פעפער – געשניטן אין קליינע באקסלעך

אנווייזונגען:

- לייגט אריין אלע אינגרידיענטס אין א קאנטעינער
- לייג צו "דרעסינג-אינגרידיענטס" און שאקלט עס גוט אויף

דרעסינג:

- 2 לעפלעך מעיאנעס
- זאלץ פאר טעם
- 1/2 טיי-לעפל צוקער
- א שפריץ שווארצע-פעפער

שטאפל: גרינג | מאס: 8-10 פארציעס

צייט אנצוגרייטן: 0:10 | ביז צום טיש: 1:10

גרילט-קארן אן-דע-קאב

פשוט און געשמאק

באשטאנדטיילן/אינגרידיענטס:

פרישע קארן אן-דע-קאב
איילבירטן אויל
זאלץ
שווארצע פעפער
קנאבל-שטויב

אנווייזונגען:

- לייגט אראפ יעדע "קאב" אויף א גרויסע שטיק זילבער-פאפיר
- באשפריץ עס מיט איילבירטן-אויל, דערנאך באשפריץ עס מיט זאלץ, פעפער, און קנאבל
- דריי ארום די זילבער-פאפיר דערויף
- לייגט עס ארויף אויפ'ן גריל פאר 20 מינוט, די היץ זאל זיין מיטלגארטיג אנגעשטעלט, און דרייט עס ארום כסדר

שטאפל: גרינג

צייט אנצוגרייטן: 0:05 | ביז צום טיש: 0:25

קארן זופ

א ווארמע געשמאקע, נישט אייער געווענליכע זופ

באשטאנדטיילן/אינגרידיענטס:

2 לעפלעך אויל
1 גרויסע צוויבל – צושניטן אין קליינע שטיקלעך
4 שטיקלעך קנאבל (Cloves)
2 קארטאפל – צושניטן אין באקסלעך
4 15 אונסעס קארן פון א קען
1 לעפל "קאנסאמעי" זופ-מיקס
זאלץ פאר טעם
א שפריץ שווארצע פעפער
6-8 גלעזלעך וואסער
"פארסלי-פלעקס" פאר Garnish

אנווייזונגען:

- פרעגלט אין אויל די צוויבל מיט קנאבל
- לייגט צו פאטעטעס און מישט עס ארום פאר נאך 5 מינוט
- באשפריצט עס מיט זופ-מיקס, זאלץ, און שווארצע פעפער
- לייגט צו וואסער
- קאכט עס אויף, נידערט אראפ די פלאם און לאזט עס זיצן רואיג פאר 1 שטונדע
- צומאלט די זופ ביז עס שפורט זיך Smooth

טיפ

אויב ווילט איר אוועקלייגען קארן, זאלט איר עס איבערלאזן אין די "האסק" (שאלעכטץ) און לייגט עס ווי אומשנעלסטנס אריין אין די "ריפרידזשערעיטאר". די בעסטע איז ווען מען עסט עס ווי אומשנעלסטן. קארן וואס איז אראפגעשניטן געווארן פון די 'קאפ' קען ווערן איינגעפרוירן פאר אזוי לאנג ווי זעקס חדשים ביז א יאר.

קארן בענעפיטן:

קארן פארמאגט אסאך געזונטע באשטאנדטיילן און עס געט פארן קערפער פייבער, וואס העלפט ארויס די פארדייאונג'ס-סיסטעם. עס האט אויך אין זיך Folate, Thiamin, Phosphorus, ווייטאמין סי, און מאגניזיום. אונטערעסאנטע פאקט: ביי אייער קומענדיגע בארביקיו כאפט א נאנטער בליק וועט איר זען אז די געווענליכע קארן האט 800 קערנדלעך, איינגעטיילט אין 16 רייען.

© 2018 צוגעשטעלט דורך מרת ח. ג. לויפער

פאר אלע אייערע קאכן און קעיטערינג געברויכן, ביטע שיקט א בליץ-פאסט צו chanagitty@gmail.com

וואס טוט ציך אין שפיטאל

זעלבסטשטענדיגע **עמוירדזשענסי-צימערן** צושפרייטן זיך **איבערן לאנד**

זעלבסטשטענדיגע עמוירדזשענסי צימערן איז א נייער דורכברוך אין די וועלט פון עמוירדזשענסי באהאנדלונגען

באריכטן צייגן אז די עפענונג פון די נייע סטיל 'זעלבסטשטענדיגע עמוירדזשענסי צימערן' איבערן לאנד שטייגען דראמאטיש ברענגענדיג א שטארקע פארלייכטערונג פאר איבערגעשטערנגטע אפעציעלע עמוירדזשענסי צימערן וואס געפונען זיך אין שפיטאל געביידעס.

זעלבסטשטענדיגע עמוירדזשענסי צימערן איז א נייער דורכברוך אין די וועלט פון עמוירדזשענסי באהאנדלונגען. ביז היינט זענען פאציענטן געווואוינט געווען אז פאר יעדע עמוירדזשענסי קומט מען אן אין 'עמוירדזשענסי רום', און אויב פעלט זיך אויס וויייטערדיגע באהאנדלונגען אדער אבזערוואציע, וועט דער פאציענט ארויפגעפירט ווערן אין א צימער אויף די העכערע שטאקן פון שפיטאל. אבער אצינד מיט די זעלבסטשטענדיגע עמוירדזשענסי צענטערן, וואס וועלן זיין טאטאל אפגעזונדערט פון שפיטאל געביידעס, וועלן פאציענטן נישט האבן די מעגליכקייט ארויפגעפירט צו ווערן אין א צימער, נאר זיי וועלן מוזן טראנספארטירט ווערן צו א דערנעבענדיגע שפיטאל פאר וויייטערדיגע באהאנדלונגען.

דער נייער געדאנק ברענגט דערלייכטערונג סיי פאר די פאציענטן וועלכע דארפן נישט ווארטן לאנגע שטונדן אין איבערגעפולטע עמוירדזשענסי רום, און סיי פאר דאקטוירים וואס וועלן אדאנק דעם זען א קלענערע צאל פאציענטן.

געוויסע מעדיצינישע עקספערטן זענען אבער געווען סקעפטיש איבער אזא געדאנק טענה'נדיג, אז די סארט זעלבסטשטענדיגע עמוירדזשענסי דעפארטמענטס זענען באגרעניצט אין סאפיסיקירטע אפאראטן וואס פעלט זיך אויס צו קענען באהאנדלען קריטישע פאציענטן אין עמוירדזשענסי פעלער. אבער ווי עס שטעלט זיך ארויס וועלן געווענליך אמבולאנסן נישט ברענגען קיין גאר קריטישע פאציענטן צו די סארט עמוירדזשענסי צימערן, אזוי ווי שווערע קאפ-טראומע פאציענטן וועלכע וועלן וואַרשיינליך דארפן אנקומען אין אפאראציע צימער.

אין די לעצטע פאר יאר האבן די צאל זעלבסטשטענדיגע עמוירדזשענסי צימערן געשטיגען מיט 23%. נאך צענדליגער פון די סארט האלטן זיך ביים עפענען אין טעקסעס, מיניסאטא און אין פלארידא.

מאונט סיני שפיטאל עפענט **צווייטע רעספירעטארי-צענטער** אין מאנהעטן

וועט צוזאמברענגען מעדיצינישע עקספערטן אונטער איין דאך

מאנהעטן – דער מאונט סיני שפיטאל סיסטעם האט געמאלדן, אז זי גרייטן זיך עפענען איר צווייטע 'רעספירעטאריע באהאנדלונג צענטער' אין מאנהעטן, און א שותפות מיט דער וועלט בארימטע "נעשענעל דזשואיש העלט אינסטעטוט", וואס וועט ברענגען א שטאקע נוצן און די בעסטע רעזולטאטן פאר אירע פאציענטן.

"מאונט סיני העלט סיסטעם" האט געשלאסן א שותפות מיט די "נעשענעל דזשואיש העלט" איסטעטוט, (א אינסטעטוט וועלכע ארבעט אויף מעדיצינישע ערפונדונגען פאר די לעצטע 119 יאר) מיטן ציל אהערצושטעלן די בעסטע סערוויסעס פאר פאציענטן מיט רעספירעטארי-פראבלעמען.

דער נייער צענטער וועט געפענט ווערן אויף "יוניאן-סקווער, איסט", אין מאנהעטן און עס וועט זיין א 'סטעיט-אוו-די-ארט' געביידע, אויסגעשטאטעט מיט העכסט-פראפעסיאנאלע טעכנאלאגישע אפאראטן צו באהאנדלען אירע פאציענטן אויפן בעסטן פארנעם.

דער געביידע איז דורכגעגאנגען א $3.6 מיליאן רענאוואציע, וואו עס איז אינסטאלירט געווארן די נייעסטע אינריכטונגען צו קענען באהאנדלען פאציענטן וועלכע ליידן פון מערערע אטעמען פראבלעמען וויי אסטמא, און כראנישע לונגען פראבלעמען.

דער נייער יוניאן סקווער צענטער וועט אנטהאלטן הארץ ספעציאליסטן, און נאך פארשידענע אנדערע עקספערטן וועלכע וועלן ברענגען פרישע געדאנקן און מעגליכקייטן פאר אירע פאציענטן.

מאונט סיני שפיטאל באאמטע דרוקן אויס האפענונג אז דער נייער צענטער וועט ברענגען פאזעטיווע רעזולטאטן, וויבאלד אין געווענליכע שפיטעלער, אויב נויטיגט מען זיך אין א געוויסע מעדיצינישע עקספערט דארף מען געווענליך ווארטן א ווייל וויבאלד דער ספעציפישער דאקטער פארמאגט זיין אייגענע אפגעזונדערטע אפיס, וואס קען זיך געפונען עטליכע גאסן אפגערוקט פונעם שפיטאל, אבער אין דער נייער צענטער וועט מען צוזאמברענגען אונטער איין דאך פארשידענע ערליי עקספערטן וואס וועלן קענע קאמוניקירן צווישן זיך, און פאסן די ריכטיגע באשלאסן און דיאגנאזן אויפ'ן פלאץ, געגוג צייטליך.

המספיק נייעס

"טריי קאונטי קעיר" "גרייטקייט-איבערזיכט" דורך ניו יארק סטעיט באאמטע קומט ארויס מיט הערליכע צייכענונגען

«זייט 36

דעם לעצטן לעגאלן קריטישע פאזע פון אן אפעציעלער דורכדרינגליכע "גרייטקייט-איבערזיכט" (Readiness Review) ווען סטעיט באאמטע קומען אראפ זיך טרעפן פנים אל פנים מיט די פירערשאפט פון "טריי קאונטי קעיר" ווי מערערע לעגאלע דאקומענטן ווערן אנאליזירט צו זען אויב מען איז נאכגעקומען די פארלאנגטע פארשריפטן.

דעם פארלאפענעם דאנערשטאג מאי 24 איז געווען דער גורל'דיגער און היסטארישער טאג, ווען 9:00 אזייגער אינדערפרי זענען זעקס הויעכראנגיקע באאמטע פון דער "ניו יארק סטעיט אפיס פאר מענטשן מיט באגרעציגונגען" (OPWDD). אראפגעקומען צו דער פראכטפולע געביידע פון "המספיק אוו קינגס קאונטי" – וואס געפונט זיך אויף די 14'טע עוועניו אין בארא פארק – אין באגלייטונג פון אנדערע וויכטיגע פיגורן אינערהאלב דער דעפארטמענט אוו העלט (DOH) און אזוי אויך שטאב מיטגלידער פון "מעדיסקעד" (MediSked, LLC) – דער פירמע וואס וועט צושטעלן דעם העכסט-סאפיסטיקירטן 'סאפטוועיר' מיט וועלכע די "קעיר קאארדינעישאן" ארגאניזאציעס וועלן זיך באנוצן.

דער איבערזיכט האט זיך אנגעפאנגען ווען די רעפרעזענטאטן פון "טריי קאונטי קעיר" זענען געקומען צום טיש פולקאם-גרייט מיט די נויטיגע אינפארמאציע און דעטאלן אין האנט, בעת די סטעיט באאמטע זענען איבערגעגאנגען פארשידענארטיגע דאקומענטן, פלענער, און לעגאליטעטן מיט א שלל פון שווערע פראגן וואס זענען געשטעלט געווארן פאר די "טריי קאונטי קעיר" באהערדע.

נאך א לאנגער און דורכדרינגליכע איבערזיכט וועלכע האט זיך פארצויגן ביז 3:30 נאכמיטאג זענען די באאמטע ארויס קענטליך באאיינדרוקט און צופרידן ב"ה זעענדיג פאר זיי א העכסט-צוגעגרייטע פראפעסיאנאלע שטאב מיט די נויטיגע טרענירונג און קוואליפיקאציעס צו אנפירן מיט אזא וויכטיגע און סענסעטיווער אגענטור. און די רעזולטאטן? "טריי קאונטי קעיר" האט דורכגעמאכט דעם איבערזיכט הונדערט-פראצענטיג, נאכקומענדיג אלע לעגאלע פארשריפטן, פולקאם גרייט אויסצופירן אירע פונקציעס און פליכטן אויפ'ן שענסטן פארנעם ב"ה!

נייער אגענטור מיט זעלבע סערוויסעס

ווי שוין באריכטעט צווישן די שפאלטנעס פון גאזעט אין די לעצטע מאנאטן, האבן רעגירונגס פירער אין אלבאני איינגעשטעלט נייע רעפארמען אינעם געביט פון ספעציעלע הילף דורכ'ן טוישן דער ביז-איצטיגער צוגאנג וויאזוי הילפס-פראגראמען ווערן אראנדזשירט מיט'ן ציל צי פארזיכערן אז יעדע בענעפיטירער ערהאלט זיינע פארלאנגטע סערוויסעס "קאנפליקט-פריי". דער נייער טויש קומט נאכדעם וואס וואשינגטאן האט אנערקענט – נאך א גרונטליכער איבערזיכט איבער דער ביז-איצטיגער סיסטעם – אז אויב דער "סערוויס קאארדינעיטאר" ארבעט פארן זעלבן אגענטור וואס שטעלט צו די פאקטישע סערוויסעס וועט דער קאארדינעיטאר ווי נאטורליך שיקן די געניסער צו דער אייגענע אגענטור – אפילו אויב אן אנדערע אגענטור האט די מעגליכקייט בעסער צו סערווירן דעם קליענט.

דער נייער מאדעל פון "זעלבסטשטענדיגע ארגאניזאציעס" וועט אונטער דעם נייעם סיסטעם פארשפרעכן "קאנפליקט-פרייע" סערוויסעס וויבאלד די סערוויס קאארדינעיטארס, וועלכע האבן ביז היינט אפערירט אונטער אזעלכע אגענטורן ווי המספיק, וועלן אצינד אריבערגיין ארבעטן אונטער די ניי-געשאפענע זעלבסטשטענדיגע אגענטורן וואס וועלן גערופן ווערן "קעיר קאארדינעישן ארגאניזעישאנס", וואס "טריי קאונטי קעיר" איז איינע פון זיי און אזוי ארום קענען פריי באשליסן צו וועלכע אגענטור דער קליענט זאל געשיקט ווערן, פאר זיין/איר ספעציפישער פראבלעם.

עפענטליכע קאנפערנץ ברענגט צופרידנשטעלנדע ענטפערס

איינמאל די נייעס איבער די עפענונג פון "טריי קאונטי קעיר" איז געבראכן געווארן, און דערגרייכט די אויערן פון די הונדערטער קליענטן און זייערע פאמיליעס וועלכע געניסן ביז היינט פון די נאבעלע סערוויסעס צוגעשטעלט דורך המספיק, זענען ווי נאטורליך אויפגעברענגט געווארן פארשידענע וויכטיגע פראגן פון זייערע קליענטן וועלכע האבן געוואלט וויסן וויאזוי דער נייער איבערגאנג וועט עפעקטירן זייערע ביז-איצטיגע סערוויסעס, בכדי זיי צו אדרעסירן האט "טריי קאונטי קעיר" אהערגעשטעלט א וויכטיגע אינפארמאטיווע-קאנפערענץ פאר אלע פאמיליעס און אינדיווידועלן וועלכע וועלן דארפן צוקומען צו די סערוויסעס, געבנדיג פאר זיי געלעגענהייט אויסצודרוקן זייערע זארגן און פראגעס פארנט פון א פאנעל פון "טריי קאונטי קעיר" באהערדע. זייערע פראגן איז זארגן זענען אדרעסירט און געענטפערט געווארן, צו אלעמענס צופרידענהייט ב"ה.

דער קאנפערענץ האט איבערגעלאזט די באטייליגטע אין א שטימונג פון פרידן און האפענונג, ווען די פארזאמלטע זענען געוואויר געווארן אז דער נייער "קעיר קאארדינעישאן ארגאניזעשאן" וועט צושטעלן די זעלבע גאלדענע סערוויסעס ווי ביז היינט, נאר מיט איין טויש: עס וועט פארזיכערן א "קאנפליקט-פריי" אטמאספערע בס"ד.

געזונטהייט נייעס

דער יוטא סטעיט געביידע

שפיטאל ארגאניזאציעס דערקלערן קריג קעגן הויכע פרייזן אויף שפיטאל פראדוקטן

יוטא - א גרופע פון שפיטאל ארגאניזאציעס האבן דערקלערט קריג קעגן די הויעכע פרייזן וואס ווערן ארויף געשטעלט אויף לעבנס-וויכטיגע גענעטישע מעדיצינען.

"אינטערנעשענעל העלטקעיר", א נאן-פראפיט שפיטאל גרופע אין סאלט לעיק סיטי, אין יוטא, האט געמאלדן אז זיי האבן אנגעפאנגען א קאלאבאראציע מיט אריבער פיר הונדערט און פופציג שפיטעלער צו פארמירן א נאן-פראפיט גענעטישע מעדיצינישע פירמע מיט'ן ציל צי נידערן די פרייזן פון גענעטישע מעדיצינען. דאס איז דערפרישנדע נייעס אינעם לאנג-יעריגן קאמף צו נידערן מעדיצינישע פרייזן.

לונגען-קענסער ליידנדע וועלן געניסן פון נייער "אימיונא-טעראפי" און "קימא-טעראפי" קאמבינאציע

«זייט 36

טארעפי".

פאציענטן וואס האבן ערהאלטן די נייע סארט באהאנדלונג האבן געהאט א דאפלטע סוקסעס-ראטע פאר א גענצליכע ערהוילונג, ווי די פאציענטן וואס האבן בלויז באקומען "קימא-טעראפי".

דר. לינא גאנדהי, פון "ען-וויי-יו שפיטאל", און שטייט אין שפיץ פון די שטודיע, גוט צו פארשטיין קימא-טעראפי שטעלט נאר צו מינימאלע ערהוילונגס בענעפיטן פאר די פאציענט, ווידעראום "אימיונא-טעראפי", וואס גוט אריין ענערגיע אין די אמיון סיסטעם צו אטאקירן די לונגען-צעלן-קענסערס ברענגט אסאך בעסערע רעזולטאטן אין פאציענטן וואס האבן שוין באקומען "קימאטעראפי".

די שטודיע האט אריינגענומען עטליכע הונדערט פאציענטן איבער די וועלט. איין גרופע פון 400 פאציענטן האבן ערהאלטן די געווענליכע קימא-טעראפי קאמבאנירט מיט "אימיונאטעראפי", בשעת א קלענער צאל פאציענטן האבן באקומען בלויז "קימא-טעראפי", די פאציענטן וואס האבן באקומען ביידע באהאנדלונגען אויפאיינמאל, זענען די ריזיקעס רעדוצירט געווארן מיט 48%, קעגן די אנדערע פאציענטן וואס האבן בלויז באקומען קימא-טעראפי.

די איינציגסטע סייד-אפעקט וואס מען האט געזען ביי רוב פון די פאציענטן איז געווען איבלען, אינימיע, (א צושטאנד ווען די בלוט פארמאגט נישט גענוג רויטע בלוט-צעלן, אדער הימאגלאבין) און מידקייט. ביידע גרופעס האבן 65% פון די פאציענטן געליטן פון שווערע נאכווייען.

היסטארישער אנטוויקלונג:

ענדגילטיגער "טריי קאונטי קעיר" "גרייטקייט-איבערזיכט" דורך ניו יארק סטעיט באאמטע קומט ארויס מיט הערליכע צייכענונגען; שענקט אפעציעלע "גרינע-ליכט"

"טריי קאונטי קעיר" וועט עפענען טויערן דעם קומענדיגן יולי 1 למספרם בעזר השם

"טריי קאונטי קעיר" וועט אפערירן מיט 'פרישע סערוויסעס' אבער 'זעלבע פראפעסיאנאליזם' און געטריישאפט - פאמיליעס גייען ארויס העכסט-צופרידן ב"ה נאך געלונגענעם אינפארמאטיוון-קאנפערענץ

נאך העפטיגע צוויי יאר פון זיצונגען, פלאנירונגען, דיסקוסיעס, און סטראטעגיע טוט מען שוין ענדליך גרייכן דעם לאנג-ערוואַרטעטער און היסטארישער יולי 1. דאטום, וועלן א נייער קאפיטל אין די גאלדענע געשיכטע פון ספעציעלע הילף פאר מענטשן מיט באגרעניצונגען וועט זיך אפציעל עפענען מיט דעם ניי-געשאפענעם און זעלבסטשטענדיגע ארגאניזאציע "טריי קאונטי קעיר" וואס וועט אפערירן אונטער דער שירעם ארגאניזאציע "נייש"א" (ניו יארק סטעיט המספיק אסאסיאציע).

עס צו ברענגען צו א רעאליטעט, איז אינווסטירט געווארן איבערמידליכע כוחות אויף מערערע פראנטן, צווישן זיי די שווערע אחריות'דיגע ארבעט נאכצוקומען דער לאנג-ליסטע פון קאמפליצירטע פארשריפטן וואס וועלן פארלאנגט דורך דער סטעיט.

אבער ביי דער פראפעסיאנאלער "טריי קאונטי קעיר" פירערשאפט אונטער נייש"א וועלן די לעגאלע פרעצעדורן נישט באטראכט אלס א שווערע-איבערגאנג, נאר ליבערשט אלס א קריטיש-וויכטיגע באשטאנדטייל אין דער רע־צעפט פון "גאלדענע סערוויסעס פאר מענטשן מיט באגרעניצונגען", וואס ווי באקאנט וועט די "נייש"א פירערשאפט נישט דזשאלעווען קיין צייט וועלן עס איז דער רעדע פון סטעיט רעגו־לאציעס און אנדערע לעגאלע פארמאליטעטן, און דאס האט זיך טאקע ארויסגעוויזן דעם פא־רלאפענעם דאנערשטאג מאי 24 וועלן דער ענגילטיגער קאמפליצירטע "גרייטקייט־איבערזיכט" (Readiness Review) דורך די סטעיט איז ארויסגעקומען מיט גאלדענע צייכענונגען, פריי-מאכנדיג דעם וועג פאר א סאליד עפענונג אויפ'ן באשטימטן דאטום בס"ד.

"גרייטקייט-איבערזיכט" געקרוינט מיט סוקסעס

כדאי צו ערהאלטן דעם ענדגילטיגן גרינעם-ליכט האט דער פירערשאפט פון "טריי קאונטי קעיר" נאך געדארפט דורכגיין

זייט 35»

10 געזונטהייט בענעפיטן פון "מעלאנא"

1 קאנטראלירט הויער בלוט-דרוק
2 געזונט פאר די ארץ
3 האלט דער גוף "היידרעטעד"
4 שטארקט די אויגען
5 האלט אייערע נירן געזונט
6 האלט אייך 'גוטמוטיג'
7 באקעמפט יענע מחלה
8 געט ענערגיע
9 רייך אין אנטי-אקסידענטס
10 רעדוצירט פעטענס אין די גוף

לונגען-קענסער ליידנדע וועלן גענים פון נייער "אימיונא-טעראפי" און "קימא-טעראפי" קאמבינאציע

א נייער קאמבינאציע פון מעדיצינען פאר לונגען-היילונגען

מעסעטשוסעס - א נייער שטודיע וואס איז פאבלוצירט געווארן אין די "ניו ענגלאנד זשורנאל אוו מעדיצין", גוט פרישט האפענונג פאר פאציענטן וואס זענען דיאגנאזירט געווארן מיט לונגען-קענסער.

פאציענטן מיט לונגען קענסער וועלן איצט באקומען א גרעסערע שאנס פאר א ענגצליכע ערהוילונג בס"ד דורך א נייער קאמבינאציע פון באהאנדלונגען, וואס וועט געבן פאר די פאציענט "אימיונא-טעראפי" אינאיינעם מיט "קימא־

זייט 35»

לייגט אוועק די טעלעפאן נומער פון
המספיק קעיר
די "האום-קעיר" אגענטור פאר די גאלדענע יארן
אין א גוטע אבער געדענקבארע פלאץ
855-426-2774
סערווירט אין נאסאו - קווינס - קינגס - ריטשמאנד - ניו יארק-בראנקס-וועסטשעסטער-ראקלענד-ארענדזש - סאליוון - אלסטער - פוטנאם און דאטשעס קאונטיס