



מהדורה עשרים ותשע

04.02.2021

כ"ב טבת תשפ"א

צוות המערכת

אלון שורץ, ריבי ארצי, ד"ר איריס פינטו, רקפת

גלבו, נעמה כהן, ענבל לוור



👁️ זמן קריאה 60 שניות

אמ; לק הוא ביטוי סלנג באינטרנט, ראשי תיבות של "ארוך מדי; לא קראתי".

שימוש רב נעשה בו על מנת להציג את חוסר רצונם של הקוראים להתאמץ בקריאה ובקשתם ל**תקציר הדברים**.

סקופ הוא מונח בעיתונאות המציין ידיעה חדשותית מקורית, **חשובה**, **מפתיעה** או מרעישה שנחשפה באופן בלעדי על ידי גורם עיתונאי כלשהו.

מדובר בחדשות אשר סביר להניח שיעניינו מספר רב של אנשים ועשויות להיות כאלו המלמדות על **הבט חדש** לגבי אירוע חדשותי אשר ידוע זה מכבר

scope הוא **תחום**, אזור הנמצא בתוך גבול מוגדר מסוים מוחשי או תיאורטי כמו תחום ידע - ובמקרה שלנו, **חינוך**.

על כן **סק; ופ**

מגזין קצר וחדשני בתחום החינוך

לטובת המצטרפים החדשים, ברוכים הבאים!



"אני מאמין גדול בשעמום... טכנולוגיה היא דבר מופלא,

אבל התחושה שאין לנו מה לעשות מופלאה לא פחות." סטיב ג'ובס

לא יודע מה אתכם, לי אין שניה לנשום. קופץ (הלוואי שפיסית, אבל לא) מזום לזום - בלי אוויר בין קליק לקליק. לפעמים יש גם שניים במקביל - וכמעט תמיד אני תוך כדי גם עונה להודעות, סוגר עוד משימה קטנה, או קשוב לרגע לבתי הקטנה. אין רגע דל. בעצם, אולי אני כן יודע מה איתכם... אני משער שרובכם תזדהו עם התחושה הזו, שהופכת להיות נחלת הכלל. אין שניה.

הבעיה היא, שהשנייה הזו שחולפת, זו שלא נשמנו בה - לא תחזור. האוויר הזה שעד לא מזמן התלוננו עליו (למשל בפקקים או בהמתנה אחרת) איננו עוד. הפך להיות אויר דחוס, בהמון המון משימות. יעילות שיא.

לפני כמה שבועות השארתי את הטלפון בבית. כל כך מיהרתי כשהטעות התגלתה, שכבר לא יכולתי לחזור לקחת אותו. בהתחלה ניסיתי לחשוב איך בכ"ז אצליח להספיק, ולאט לאט שיחררתי את המחשבה שהוא לא יהיה בידי בזמן הקרוב, שצפוי להיות די ממושך. את הנסיעה העברתי בשקט. זה הרגיש קצת מוזר. אולי הרבה מוזר. קפצו לי לראש כל מיני משימות ומחשבות שרציתי לחלוק עם קולגות - ולא היה לי איך... הן נשארו בראש ואח"כ הן חלפו. ובזמן הזה, של המתנה שקטה, פתאום הרגשתי אותו, את האוויר הזה, שנעלם לנו. לרגע שיעמם לי. זה היה נעים. הצלחתי לחשוב ברצף. חשבתי שכדאי שזה יקרה שוב.*אולי זו הסיבה שהמילה 'המתנה' כוללת בתוכה 'מתנה'?

ובעולם מקביל, חדר ליד - יש שעמום מתמשך כבר תקופה ארוכה. הזמן לא מתמלא כפי שהתרגלנו, מה שגורם לחוסר מנוחה. למי הוא שייך החוסר הזה? מה קורה בו? ומה הוא בכל זאת טומן בחובו? יש לנו הזדמנות לגלות...



*בלחיצה על הסמל
תעברו חזרה לפה

מה זה?

מה מעניין פה?

הנושא השבועי

מה זה בכלל?

כל כותרת היא קישור
לעמוד המתאים

איך היה בבית הספר?

כיף.

כלומר, משמעותי?

לא ממש.

האמת, היה משעמם...

מממ.. מעניין.

משעמם או מאתגר?

פשוט לא עשינו כלום

סתם חפרנו,

בהינו.

ואיך זה הרגיש?

כיף (:



BOREDOM

שֶׁעֲמוּם



איזה שעמום... ד"ר איריס פינטו

שעמום נתפס כרגש שלילי הקיים אצל מרבית היונקים, ומתאפיין בחוסר עניין בגירויים פיזיים או רגשיים. שעמום מוגדר כרגש לא נעים, המתעורר באדם כאשר הוא חש שאין לו שום דבר מעניין או משמעותי לעשות. במצב זה עלולות להשתלט עליו תחושות של אדישות, אפתיה ודיכאון, המלוות בחוסר אנרגיה ויוזמה. ביטוי חיצוני לשעמום יהיה לרוב ירידה בתנועתיות, עד כדי בהייה בעצם מסוים.

שעמום תלוי לרוב באיכות האינטראקציה בין האדם לסביבה, ומתרחש במצבים בהם יכולת האדם עולה על דרישת הפעילות שבה הוא עוסק - עקב נפילות קשב קצרות או עקב חדגוניות בפעילות ובגירויים.

קיימים גם הבדלים בין אישיים הקשורים לנטייה לשעמום, המתפתחים עד גיל ההתבגרות: יש שמפתחים קשב ונטייה לפעילות, בעוד שאחרים מפתחים הרגלים של חוסר מעורבות, המובילים לדפוסי חשיבה והתנהגות המאופיינים על ידי שעמום ואפתיה.



שעמום אקדמי לימודי

ד"ר איריס פינטו

שעמום לימודי הוא רגש שקט, שלא תמיד קל להבחין בו בכיתה. אין לו מאפיין פסיכופתולוגי, אך הוא קשור לתופעות כמו ירידה בהישגים הלימודיים, הפרעות למהלך הלימודים, עוינות כלפי סגל בית הספר, היעדרות מוגברת ואפילו נשירה.

בתחילה, בדומה לעייפות, השעמום מוריד את האנרגיה הכללית ומחליש מיקוד וקשב, גורם לחלימה בהקיץ, מפחית מוטיבציה ללמידה ומקשה על הפעלת אסטרטגיות למידה יעילות (ובמקומן חולפות בראש מחשבות שטחיות - במיוחד על אוכל). בשעמום מתמשך העייפות מפנה את מקומה לרוגז ועצבנות, במיוחד אם הלומד נדרש להמשיך ולמקד קשב במשימה המשעממת.

ישנם גורמים המעלים את תחושת השעמום של התלמידים בכיתה:

תחושת חוסר שליטה במיומנות הלימודית - הן בקרב אלה שעבורם חומר הלימוד קל ולא מאתגר, והן בקרב תלמידים בעלי יכולת נמוכה, המאבדים אמונה ביכולתם אל מול חומר מאתגר מדי.

תחושת חוסר ערך, רלוונטיות ומשמעות החומר הנלמד עבור התלמיד. במקרה זה השעמום הלימודי הוא מאד אישי - האחד יהיה משועמם במתמטיקה והאחר בגיאוגרפיה.

האקדמיה 
למדעי שעמום



זה דווקא די נעים לראות

ד"ר אורי שטרנברג, מומחה להטמעת פדגוגיות חדשניות. מרצה ומנחה צוותי הוראה **גן ללא צעצועים**

בגני ילדים בגרמניה מתקיים מזה שנים פרויקט בשם "Der Spielzeugfrei Kindergarten" (הגן ללא צעצועים). במסגרת הפרויקט, מוציאים מהגן את כל הצעצועים, ציוד היצירה ומתקני המשחק למשך 3 חודשים בכל שנה. הילדים מוזמנים לשחק במרחב עם חבריהם ועם הריהוט שנשאר (שולחנות, כסאות, מזרנים ושמיכות),

והצוות ממעט להתערב ולא 'מפעיל' את הילדים. למרות שהפרויקט נוסד במטרה להפחית התמכרויות עתידיות (וזה סיפור מעניין בפני עצמו...), מתברר שיצירת סביבה משעממת הובילה את הילדים לחזק את יכולת ההתמודדות שלהם עם שעמום, ושיפרה מיומנויות חברתיות, התנהגות סקרנית ומעורבות פעילה במתרחש.

פרויקטים דומים ניתן למצוא במדינות נוספות – מטרתם לאפשר לילדים ליזום, לפתח, ליצור אינטראקציות חברתיות ועוד, שמתפתחים הרבה יותר טוב כשהילדים מתמודדים עם שעמום.

מתברר שהקושי העיקרי היה בכלל בקרב הצוות, שדיווח על אתגר גדול מאוד 'לשחרר' ולאפשר לילדים "פשוט להיות..."



זמן קריאה 40 שניות 

134 מילים על

”החיים, רבותי, הם משעממים. אסור לומר את זה.”

ד"ר גדי און, פסיכולוג וחוקר של תופעת השעמום

וזאת עובדת חיים: שום דבר אינו משמעותי בכוחות עצמו או מטעם עצמו. הוא נהיה משמעותי רק בכוח התשוקה שלך אליו, מה שאנחנו קוראים סקרנות או עניין. ומרגע שהוא נהיה משמעותי, הוא נהיה פתאום חשוב מאד, ואתה, באורח פלא, הופך להיות אדם בעל משמעות, שלומד להכיר את עצמו ולדעת משהו על מקומו בעולם. התהליך הזה נותן לחיים טעם. אבל כמו החיים עצמם, הוא זמני וחולף. התשוקה לעולם לא יכולה לקבל סיפוק מלא. היא מעדיפה להיות אפשרות ולא מימוש, עתיד ולא הווה. זה טבעה. ככה זה.

מאה עשרים ומשהו מאמרים אקדמיים על שעמום בהקשר החינוכי כבר קראתי. חלק מהרעיונות מעולים, הכותבים נבונים, הנושא חשוב מאד, אבל האמצעים להפיג את השעמום נורא משעממים. משמעות היא כל כך קשה להשגה, כל כך קשה לשמור עליה. השחיקה לא שמה על התשוקות שלנו, אבל את זה בואו לא נספר לילדים.

בואו נשים את זה על סדר היום! 



שעמום, המגיפה של המאה ה - 21

ד"ר איריס פינטו

השעמום, מושג שהתגבש בעולם המודרני, הפך למאפיין מאוד בולט של העידן הנוכחי. תופעת השעמום כמעט שלא נחקרה עד לאחרונה, והמלה מוזכרת לראשונה, כנראה, ב'בית קדרות', של דיקנס מ-1852. נראה שמצב השעמום נוצר בערך אז, במקביל למהפכה התעשייתית, ששינתה את העבודה והפכה אותה למשהו מנוכר, מנותק מהחיים. שעמום יוצר תחושה שמשהו חסר. גם לא ניתן להגדיר בדיוק מהו הדבר, מתלווה אליו תחושה מבלבלת של רצון עז לעשות משהו. וגם אם לעיתים שעמום גורם להתנהגויות שנתפסות כטיפשיות... אותו גירוי לעשות "משהו" שהופך אותו לכל כך קשה, הוא גם מה שהופך אותו לנהדר.

יש לזה חיסון? 



שעמום בכמות גבוהה

ריבי ארצי, מערך המו"פ

בשנה האחרונה אנחנו שוהים יותר בבית, נמנעים מפעולות ושגרות מוכרות, ויש לנו יותר זמן הנתפס כזמן "שעמום". במחקר שנעשה באיטליה במהלך הסגר הראשון, הוגדר השעמום כגורם השני הכי שלילי בהישארות בבית (אחרי העדר חופש, ואחד לפני מחסור באוויר צח).

כדי שהשעמום לא ישתלט עלינו, וישפיע ביתר שאת על תחושת חוסר הוודאות והערפול הקיימים, מצאנו מספר עצות טובות שניתן לקיים דווקא בתקופה זו ובבית:

↔ שמרו על שגרות קיימות וצרו חדשות בתוך הבית – שגרות אלה יחזירו את תחושת המשמעות ויצמצמו את זמן השעמום.

↔ נסו לעשות משהו חדש – מתכון, תיקון בבית, ריקוד.
↔ תנו קצת יותר מקום ל guilty pleasure – רומני טיסה, קנדי קראש...

↔ שמרו על קשר – דברו יותר עם חברים, הוציאו אלבומים ותמונות ישנות וחדשו קשרים ישנים.

↔ המשיכו למלא תפקידים שאתם יכולים גם מהבית, וחפשו חדשים שיגרמו לכם להרגיש נחוצים ונדרשים.

ותמיד תזכרו את "התמונה הגדולה", שכוללת את ההבנה שכולנו נמצאים בסירה אחת, וכי השהיה בבית ובריחוק חברתי בתקופה של עמימות, חוסר וודאות וגם שעמום, הם חלק מהפתרון במאבק בו אנו נמצאים היום.



**”ילדים צריכים
לשהות בשעמום,
כדי שהעולם יהפוך
להיות שקט מספיק
והם יוכלו לשמוע
את עצמם”**

ד”ר ונסה לפואינטה



שעמום הוא רגש מרתק

ננה אריאל, חוקרת ומרצה בתחום הרטוריקה בפקולטה למדעי הרוח באוניברסיטת תל אביב, כתבה את "הספר הכי משעמם בעולם"

הספר "אליס בארץ הפלאות" של לואיס קרול מתחיל כשאליס יושבת עם אחותה על שפת הנחל ומשתעממת נורא. האחות קוראת ספר משעמם ש"לא היו בו לא תמונות ולא שיחות", ואליס חושבת לעצמה שאין שום טעם בספר כזה. אבל מיד אחרי זה, דווקא בזכות השעמום, אליס מתחילה לחלום בהקיץ ולנדוד אל עולם הפלאות.

הרבה הורים חוששים שהילדים שלהם ישתעממו, ויעשו הכל כדי למנוע את זה, אבל אפשר לראות בשעמום דווקא רגש חיוני לנפש מלאה ויצירתית. כשאנחנו משתעממים מתבהר לנו מה מעניין אותנו, כשאנחנו משתעממים התודעה יכולה להשתחרר ולנדוד, לצאת למסע חיפוש.

אני מזמינה אתכם להשתעמם. שעמום יוצר לפעמים מבוכה או בלבול, וזה דווקא לא רע בעיניי, אבל אני מקווה שההזמנה להשתעמם תניע סקרנות ומחשבה, ואולי אפילו תצחיק אתכם.

הספר הכי משעמם בעולם 



דלת הקסמים אל מעבר לידוע

טל שריר, מערך המו"פ

"אין לי מה לעשות" ... "משעממם לי"

"לא בא לי יותר" ... "זה משעמם"

הקריאה שהופכת כל הורה רדום לצוות הווי ובידור, קרקס מהלך, קטלוג של רעיונות ואפשרויות לעיסוקים כאלה ואחרים שלא ישעמם להם חס וחלילה.

אבל... למה הם מתכוונים עם ה"משעממם" הזה שנזעק לחלל הפתוח בחוסר אונים סוחט רגשות?

משעמם בשבילנו זה כשהשגרה שלנו מונוטונית ושוחקת, כשאנחנו מאבדים עניין ב'רגיל' ומחפשים את החדש והמרגש.

אבל כשילדים אומרים שמשעמם להם הם בעצם מאותתים לנו שקשה להם, שהם לא יודעים מה לעשות עם עצמם וברגע הזה של חוסר האונים צצות שתי הזדמנויות פז:

האחת עבורנו- לדעת לחכות עם קרקס הסחות הדעת ולא להציע במהירות עיסוק או עניין, והשנייה עבורם- לדעת לשהות בו בשעמום, הוא יוביל אותם ליצירתיות.

שעמום אינו קושי או כאב שצריך לברוח ממנו או להעלים מהר מחייהם. זו הזדמנות, דלת קסמים אל מעבר לידוע



**“Boring is the
right thought
at the wrong
time.”**

Jack Gardner



רוצה להפיג אותו?

**שמרו את המחשבות (המשמעותיות)
בצנצנת לעת הצורך.**

**גנב/ת, רוצה לשלוח
מתנה להורי הגן?**

(טיפ זה מתאים גם ל'אמא, משעמם לי'
ואפילו לכתה. כן, גם מרחוק!)
*כבר יש פה כמה רעיונות להתחיל
איתם...



זמן קריאה 10 שניות 

31 מילים על

בשבחו של לא לעשות כלום

השעמום מעניק לילדים שקט פנימי, שעוזר לדמיון להשתולל ולמודעות העצמית להתפתח. וגם..

הם מפתחים כישורים יצירתיים כדי למצוא פתרונות לשעמום. ואז...
כישורים יצירתיים יכולים לעורר תחומי עניין, שיישארו איתם לכל החיים.

זוכרים את השעמום בפקקי התנועה?

ראו מה קרה לאלון מאסק...



לחפור מרוב שעמום (בפקק...)

ד"ר איריס פינטו

להיתקע בפקק תנועה בלתי נגמר זו חוויה משעממת ומתסכלת, המעוררת בעיקר כעס. אלון מאסק השכיל להפוך את השעמום הזה למיזם עסקי, כאשר הגה את The Boring Company בזמן שהיה תקוע בפקק תנועה בדרך לעבודה (שמת לב למשמעות הכפולה?)

בשנת 2016 הודיע מאסק על פרויקט של רשת מנהרות תחבורה תחת לוס אנג'לס בשם LOOP (לולאה), שיתבסס על זיקתו להייפרלופ (Hyperloop). זוהי מערכת הסעת המונים על קולית, שראשיתה בניסיונות לשנע נוסעים באמצעות שפופרת אוויר עוד באמצע המאה ה-19.

על פי התוכנית, קרון שיכיל 28 נוסעים ינוע בצינור במהירות, ללא בזבז אנרגיה וללא הגה, בנסיעה חלקה ונטולת הפרעות. הקרון יוכל לעבור את המרחק של 570 ק"מ בין לוס אנג'לס לסן פרנסיסקו ב-35 דקות (במהירות ממוצעת של 962 קמ"ש, ובמהירות מרבית של 1,220 קמ"ש). ההצעה הראשונית הינה להסעת נוסעים בלבד, להמשך מוצעת גרסה המאפשרת הובלה של נוסעים ומכוניות.

מאסק תיאר את הרעיון באופן ציורי כשילוב בין "מטוס קונקורד, רובה אלקטרומגנטי ושולחן הוקי אוויר". אך הרעיון לא נותר ברמת הפנטזיה, ובנובמבר 2020 עברה בהצלחה הנסיעה המאויישת הראשונה בהייפרלופ.



השעמום חי ובוהה

בעולם עם תוכן עשיר וזמין לכל אחד ובכל העת,
איך זה שהשעמום עדיין לא מת?

עם הופעת הטלפון החכם האמינו חוקרים רבים שהשעמום מת.
אך הכמות הגדולה של תוכן הקטינה את ערכו, ובמקביל
הגדילה את חוסר היכולת האנושית להתרכז ולהקשיב.
החשיפה לתוכן רב גורמת להתרגלות מהירה, ומובילה את
האדם לצרוך עוד ועוד מידע.

אוכלוסיית העולם
נמצאת ב - FOMO
Fear Of Missing
Out תמידי ו...

הכל

נהיה

משעמם.



”אל תפחדו להשתעמם:

כמה מהדברים
המדדהימים ביותר
נוצרו בזכות
שעמום”

(רייצ'ל המילטון)



זמן קריאה 135 שניות 

443 מילים על

ניהול שעמום

ריבי ארצי, מערך המו"פ

שעמום נחוה באופן
ובעוצמה שונים אצל כל
אחד מאיתנו, אך כולנו
מרגישים שכשמשעמם
לנו, העולם כאילו נעצר.
אבל זה לא באמת..
שעמום מעורר פעילות
משמעותית ברמת התת
מודע. השקט הזה
מאפשר למוח לנדוד
ולחווט מחדש יכולות
המסייעות לנו.

מהן אותן יכולות?



פרודוקטיביות

משימות משעממות יגרמו לכם להיות יותר פרודוקטיביים במשימות עתידיות.

יצירתיות

רעיונות נהדרים עולים ב"תקופות סרק", כמו בזמן מקלחת או בנסיעה לעבודה (מה שהופך למתסכל במיוחד, מכיוון שאי אפשר לרשום אותם).

מיקוד

חלומות בהקיץ הם הדרך של המוח לבדר אותנו, כשאיננו מספיק גירויים חיצוניים. מתברר, שחלומות בהקיץ או נדודי תודעה מסייעים לנו להיות ממוקדי מטרה בעתיד, ומאפשרים לנו לתכנן ולחזות אפשרויות באופן לא מודע.

מודעות

שעמום יכול להיות "דגל אדום", ולהתריע כאשר משהו לא בסדר. השעמום מהווה למעשה תמרור אזהרה לכך שאנחנו לא עושים את מה שאנחנו רוצים לעשות, ודוחף אותנו להחליף יעדים ופעולות.



**ועדיין, עם כל היתרונות
הללו, איך ננהל את השעמום
כך שהוא לא ינהל אותנו?**

**כדי שהשעמום יעבוד בשבילנו -
אנחנו צריכים למצוא את השעמום
הנכון!**

**שעמום אדיש מזמן למוח זמן
להירגע ולהיטען, לעומת שעמום
אפתי, המשמש תמרור אזהרה לכך
שיש נושאים עמוקים ומורכבים
יותר.**

**השעמום עצמו אינו רע או טוב, רק
הבחירות שלנו כיצד להתמודד עמו
הופכות אותו לכזה.
מטרה בניהול השעמום היא מינוף
המונוטוניות, כדי לשפר אזורים
אחרים באורח החיים שלנו, ולא כדי
להחדיר בהם שליליות.**

**קבלו שלוש אסטרטגיות מיטביות
לשילוב השעמום ביום יום שלנו...**



בחרו את הפעילויות המשעממות

לא כל משימות העבודה המשעממות והחזרתיות הן בעלות אפיון דומה. לדוגמא, בניית טבלת ציר וניתוח נתונים יכולה להיות מייגעת, אך היא דורשת רמה גבוהה של מיקוד ואנרגיה. מצד שני, מילוי מעטפות לאירוע שיווקי לא דורש התמקדות רבה. חפשו את הסוג השני - פעילויות המאפשרות למוח לנדוד: צאו להליכה במסלול מוכר, לשחיה הלוך ושוב בבריכה, או אפילו שבו בשקט בעיניים עצומות. אל תבלבלו בין שעמום לרגיעה. פעילויות כמו יוגה או מדיטציה, שנועדו לקדם שלוה, אינן מובילות לשעמום. השעמום מנסה ולא מצליח למצוא עניין.



גרשו הסחות דעת

כבו מסכים, הרחיקו טלפונים. אם אתם ממתינים בתור, נמצאים במעלית או מחכים למכונת הקפה שתתחמם, הימנעו מהוצאת הטלפון - גלילה חסרת תכלית אינה מייצרת שעמום, אלא להיפך, זהו נסיון להפטר ממנו. השתמשו ברגעי השקט הללו לטובתכם. יש אפילו אפליקציה שעוזרת בזה ונועלת את הטלפון לזמן קצוב (Flipd).



המנעו מזימוני יתר

ביומן - קל לקבל כל הזמנה לפגישה או לתזמן צ'אטים עם אנשים חדשים, אבל בסופו של יום, לא נשאר לנו זמן לעצמנו. במקום זאת, הקצו לעצמכם זמן קבוע ביומן כ"זמן שעמום" שאינו ניתן לתזוזה (במינון הנכון והמתאים לכם).

ובעיקר - היו קשובים לעצמכם: אל תכפו על עצמכם שעמום, ואל תבחרו פעולות משעממות כשאתם משתוקקים לפעילות. וזכרו - ייתכן וקל יותר לאמץ שעמום בימים מסויימים ופחות באחרים.

השעמום הוא לא תמיד האויב שלנו, והוא בהחלט יכול להפוך לגיבור החמקמק המאפשר התפתחות.



מחברים רעיון לצלילים

רגע לקראת סיום האזינו איתנו לשיר לקראת שבת.

אני שוכב לי על הגב

ביצוע

אריאל

זילבר

מילים

יענקל'ה

רוטבליט

לחן

גדעון

אלרן

לחצו ותהנו...



הגענו.

זה סוף המהדורה

נתראה בשבוע הבא!

אבל היי,

אנחנו ממש פה!

בקבוצת הפייסבוק שלנו אפשר לשתף במחשבות,

ולוואטספ שלנו אין גבולות...

(כן, ממש זה שקיבלתם ממנו את סקיפ;ופ)



תספרו לכולם!

הפיצו את הסק;ופ

שלחו לנו את המילה

שעמום

וקבלו הודעה להפצת קישור

ההצטרפות לסק;ופ

זה מגיע לכוונוולם ;)

*קיבלתם לראשונה

את המגזין ורוצים להצטרף

לרשימת התפוצה גם?

לחצו כאן.



משעמם לך?



מחפשים עוד?

יש ספריה שלמה!



ובשבוע הבא...

מעצבים

חשיבה