

---

הדלקת נרות	18:29	Candle Lighting
מנחה בהיכל	18:45	Mincha in the Sanctuary
קבלת שבת בהובלת אישה וערבית בהיכל	אחרי מנחה	Kabbalat Shabbat, led by a woman, followed by Arvit – in the Sanctuary
קבלת שבת בהובלת גבר וערבית בקומת הכניסה	אחרי מנחה	Kabbalat Shabbat, led by a man, followed by Arvit – inside entrance floor
שחרית מוקדמת – בקומת הכניסה	6:45	Early Shacharit – entry hall
שחרית – בהיכל	8:30	Shacharit – in the Sanctuary
פעילות ילדים	10:15	Children's Activities
מנחה וסעודה שלישית, שיעור עם רב אשר אלטשול (באנגלית)	18:35	Mincha and Seudah Shlishit, Shiur with Rav Asher Altshul in English
ערבית	19:31	Arvit
הבדלה	19:41	Havdalah

#### ימי חול

שחרית ימי א', ו'	6:30	Shacharit Sunday, Friday
שחרית יום ג', ד'	6:15	Shacharit Rosh Hodesh Tuesday, Wednesday
שחרית יום ב', ה'	6:20	Shacharit Monday, Thursday

#### Weekdays

יש לידיעות כתובת [דוא"ל חדשה](mailto:דוא),  
([YediotYedidya@googlegroups.com](mailto:YediotYedidya@googlegroups.com))  
פרטים מטה.

The Yediot  
([YediotYedidya@googlegroups.com](mailto:YediotYedidya@googlegroups.com))  
[email address](mailto:YediotYedidya@googlegroups.com) has been changed! See  
below for details!

מהדורה [מייוחדת אחרונה](#)

Recent [Special Edition](#)

---

### הודעות קהילת ידידיה Kehillat Yedidya Announcements

#### דבר יו"ר From the Yashvei Rosh

מתקצרים הימים,  
ובנפש הומים  
כיסופים ותוגות כמיתר  
חיה ורד

The days are getting shorter  
and in a yearning soul  
they pull and tug as a chord  
Haya Vered  
A busy summer is coming to a bittersweet  
end, with the end of vacation and a return

קיץ עמוס מגיע לקיצו, חמוץ מתוק על סיום החופש וחזרה לשגרה. אנו שולחים ברכות לילדי הקהילה המתחילות ומתחילים בע"ה שנת לימודים חדשה ביום ראשון. שתהא זו שנה בה תלמדו ברצף, נושאים מעניינים, תשאלו שאלות חדשות ותקבלו תשובות טובות. השבוע אנו מודים לקב"ה על נס שחרור החטוף פרחאן קאדי, ואנו מתפללים לשלומם ולשובם של כל החטופים והחטופות עוד היום.

to routine. We send our heartfelt wishes to the children of the community who are starting a new school year on Sunday. May this be a year in which you will study - without interruption - interesting subjects, ask new questions and receive good answers. This week we thank God for the miraculous release of Farhan Kadi and pray for the safety and speedy return of all our hostages.

**מרק ואלי רנדר שמחים להזמין את הקהילה לקידוש מורחב בשבת ראה (31.8) לציון 50 שנה לנישואיהם. בואו בשמחה!**

**Ellie and Marc Render** are pleased to invite the Kehillah to an expanded Kiddush on **Shabbat Re'eh** (August 31) in celebration of their 50th wedding anniversary. Please join us!

**מזל טוב לבובי ודוד זילברקלנג להולדת הנכד, בן להלל ולירון.**

Mazal Tov to **Bobbie and David Silberklang** on the birth of a grandson, son to **Hillel and Liron**.

שיזכו הוריו לגדלו לתורה, לחופה ולמעשים טובים.

May his parents raise him to Torah Chuppah and good deeds.

### תפילות ילדים

### TEFILLOT YELADIM

שבת

Shabbat

כל הגילים ב-10:15

All Ages at 10:15

אם תרצו להוביל את שירת אנעים זמירות כתבו לרפי [בווטסאפ 0522369595](https://www.whatsapp.com/channel/00299a60000000000000)


Any child who wants to lead Anim Zmirot! Please write to Rafi on WhatsApp, 0522369595

שבת – [דף חידות](#) ופרסים!

Shabbat – [Quiz sheet](#)

### 'עֲנֵנוּ פּוֹדֵה וּמַצִּיל עַמּוֹנוּ'

"Answer us, Redeemer and Savior, answer us"

הצטרפו אלינו לתפילה ברחובה של העיר למען שחרורו של הירש וכל החטופות והחטופים 

Join us in prayer in the public realm

 for the release of Hersh and all the hostages

**בראש חודש אלול בירושלים**

**On Rosh Hodesh Elul in Jerusalem**

**יום רביעי | א' באלול | 4 בספטמבר בשעה 18:00**

**When: Wednesday, 1 Elul, September 4th at 6:00 pm**

 גשר ממילא - רחבת שער יפו

**Where:** Mamilla Bridge, Jaffa Gate Plaza

 אנה שתפו. אנה הגיעו

Please share. Please join.

קהילת הקהלה ומשפחת גולדברג פולין

---

🚗 לבקשת המשטרה נא לחנות בחניונים  
המוסדרים (ממילא, קרתא, העירייה)

Hakhel community and the Goldberg  
Polin Family

🚗 At the request of the police, please  
park in the organized lots of Mamilla,  
Karta, Safra.

---

### הזדמנות לאירוח ליל שבת – 6 בספטמבר

קהילת ידידיה תארח לתפילה ב-6.9 קבוצה של  
סטודנטים גרמניים שלומדים תיאולוגיה. אנחנו  
מחפשים מארחים לארוחת ליל שבת. נא ליצור  
קשר עם בובי זילברקלנג.

[[david.silberklang@huji.ac.il](mailto:david.silberklang@huji.ac.il)]

### Hosting Friday Night – Sep 6

Yedidya will be hosting German theology  
students for Tefilot on September 6th. We  
are looking for people to host them for  
Shabbat dinner. Those interested should  
contact Bobbie Silberklang.

[[david.silberklang@huji.ac.il](mailto:david.silberklang@huji.ac.il)]

---

### הורים וסבים שימו לב:

בשבת פרשת שופטים אנו מתכננים עליה  
לתורה ופעילות לילדות וילדים העולים לכתה  
א'. כדי לרשום ילד או ילדה לפעילות נא ליצור  
קשר עם אלישבע קרנץ.

052-6724003 [elisekranc@gmail.com](mailto:elisekranc@gmail.com)

### Attention Parents and Grandparents

On Parshat Shoftim we are planning to  
have an Aliya la Torah and activity for  
children beginning Kita Aleph this school  
year.

Please contact Elise Kranc to register your  
child or grandchild for the festivities.

052-6724003 [elisekranc@gmail.com](mailto:elisekranc@gmail.com)

---

### שבת עין חודש אלול

הקהילה מוזמנת בשבת פרשת שופטים, (7.9)  
לשיעור עם תמר ביאלה, עורכת "דרשוני-  
מדרשי נשים", בנושא:

מדרשי נשים אחרי השבעה באוקטובר

לאחר הקידוש, בערך בשעה 11:00.

השיעור יתקיים בעברית.

בואו בשמחה!

### Elul Shabbat Iyun:

The community is invited to a Shabbat  
Iyun with Tamar Biala (editor of Dirshuni-  
Women's Midrash) next Shabbat,  
Parashat Shoftim, September 7th, on the  
topic: Women's Midrash After October  
7th

After Kiddush, around 11:00.

The Shiur will be in Hebrew.

---

### אביטה נפלאות מתורתך: לימוד תורה קהילתי בחודש אלול

הקהילה מוזמנת לשיעור עם הרב אריה בן דוד  
בנושא:

בדיקה רוחנית: על בסיס כתביו הקבליים של  
הרב קוק

### “May I see the wonders of Your Torah”: Torah Classes for Elul

The community is invited to a Shiur with  
Rav Aryeh Ben David titled:

**A Spiritual Check-Up. Based on the  
mystical writings of Rav Kook**

**Wednesday, September 11th, at 7:30  
pm at Yedidya.**

The class will be taught in English.

---

---

**יום רביעי, ח' באלול, 11.9 בשעה 19:30**  
**בקהילת ידידיה.**  
השיעור יתקיים באנגלית.

Rav Aryeh Ben David recently published his latest book titled: The Secret of Love: A Glimpse into the Mystical Wisdom of Rav Kook

---

**משפחת וכהולדר כצמן** מזמינה את הקהילה לערב לימוד **לזכרו של חיים ז"ל**, ביום רביעי 18.9 בשעה 19:30.  
פרטים בהמשך

**The Wacholder Katsman family** invites the community to a study evening **in memory of Hayim z"l** on Wednesday, September 18 at 19:30.  
Details to follow.

---

**יש לנו אתר חדש!**

<https://www.yedidya.org.il>

זוהי רק ההתחלה.... כן, אנחנו יודעים, יש עוד הרבה עבודה שתושלם בהדרגה. תודה על הסבלנות.

**We have a new web site!**

<https://www.yedidya.org.il/en>

This is just the beginning.... Yes, we know, there is still a lot of work to be completed gradually. Thank you for your patience.

---

**חידוש החברות**

אפשר לחדש חברות לקהילת ידידיה באתר החדש!

במכתב המצורף תמצאו את דבר יושבי ראש הקהילה לשנה החדשה ואת כל מה שדרוש לחידוש החברות בקהילה.

[\[מכתב כאן\]](#)

**Membership Renewal**

You can renew memberships for the Yedidia community on the new website!

In the attached file you will find a letter from the community chairpersons for the new year and everything needed to renew membership in the community.

[\[Letter here\]](#)

---

**לקראת תקופת החגים ויום השנה הראשון לאירועי שמחת תורה**

אנו מתקרבים לשמחת תורה, והוקמה ועדה לתכנון הפעילות והתפילות בתקופה זו. אם יש לכם רעיון או בקשה מסוימת לקראת תקופה זו נא להיות בקשר עם חברי ההנהגה הרוחנית, עליזה (בווטסאפ: 050-7904964 או [dayaway@gmail.com](mailto:dayaway@gmail.com)) או איתן (בווטסאפ- 052-8636546 או [ravaytan@gmail.com](mailto:ravaytan@gmail.com))

בתפילה שנדע ימים שקטים .

**Towards the Chagim and the First Anniversary of October 7th and Simchat Torah**

As we approach October 7<sup>th</sup> a special committee is turning to the community and requesting that if someone wishes to share a particular idea or desire for this time, please be in touch with the spiritual leadership, Elyssa (by WhatsApp- 050-7904964 or [day...@gmail.com](mailto:day...@gmail.com)) or Aytan (by WhatsApp 052-8636546 or [rava...@gmail.com](mailto:rava...@gmail.com)).

Praying that we know quieter times

---

**פעילויות לטובת החטופים**

**Activities For The Hostages**

If you'd like to join the special WhatsApp group for information, please write to Yoni

---

---

אם אתם מעוניינים להצטרף לקבוצת  
בוואטסאפ, כתבו ליוני מוס: [058-415-4067](tel:058-415-4067),  
שיצרף אתכם.

---

Moss: [058-415-4067](tel:058-415-4067), who will add you to  
the group.

### ידידי שלומי - עדכון

אנו ממשיכים בביקורים השוטפים - רק ככה אנו  
לומדים מה הצרכים - השבוע סייענו בצרכים  
רפואיים, חינוכיים, כלכליים, טיפול בבעלי חיים  
ועוד...הנה נודע לנו ששלום פרץ מנסה לשקם  
במעט את עסק היודאיקה שלו והביא כמה  
פריטים שאפשר לרכוש ממנו לירושלים. **פריטים**  
**כאן: עלון 1 עלון 2**

למידע על הפרויקט והצטרפות לפעילות  
הביקורים, צרו קשר עם רנדי 050-9557108  
[randigarber@yahoo.com](mailto:randigarber@yahoo.com)

רשימת נותני **השירותים** מקרב המפונים  
נמצאת ב- **PDF** - שתפו עם חברים וקבוצות  
נוספות.

**תזכורת:** תרומות מוכרות לצורכי מס בישראל  
וארה"ב ניתן לבצע  
דרך **אתר** קהילת ידידיה או **אתר ישראל נותן** כ  
אן. נא להודיע לנו על התרומה, כדי שנוכל  
להבטיח שהיא תעבור ליוזמה.

### Friends of Shlomi Update

We continue with the regular visits - this  
is the only way we can learn what the  
needs are - this week we helped with  
medical, educational, financial needs,  
animal care and more... We learned that  
Shalom Peretz is trying to rebuild his  
Judaica business and brought some items  
to Jerusalem that can be purchased from  
him. Details here: [Flyer 1](#) [Flyer 2](#)

For information about the project or to  
join the group of who visit regularly,  
contact Randi 050-  
9557108 [randigarber@yahoo.com](mailto:randigarber@yahoo.com)

Many of the adults are providing services  
like catering, personal care etc. Contact  
details for everyone in [this pdf](#) Please  
share this list with friends and family.

**Reminder:** Donations may be made  
through the Kehillat Yedidya [website](#) or  
the [Israel Gives website here](#). Please let  
us know about the donation, so that we  
can ensure it goes to the initiative.

---

**קרן החירום** יכולה לעזור לחברים במצוקה  
כלכלית עקב המצב: אנחנו נכונים להפעיל שוב  
את קרן החירום ולתת הלוואות ומענקים.  
הטיפול של הועדה בבקשות יהיה מהיר  
ודיסקרטי.

שאלות ופניות לנעמי שטאל [054-7678766](tel:054-7678766),  
רפי רוטמן [052-2369595](tel:052-2369595) מרק נולמן [050-  
6200342](tel:050-6200342)

**The Emergency Fund** can help members  
experiencing financial difficulties due to  
the current situation. Requests will be  
handled quickly and discreetly.

Questions and requests can be addressed  
to Noomi Stahl [054-7678766](tel:054-7678766), Rafi  
Rothman [052-2369595](tel:052-2369595) Mark Nulman [050-  
6200342](tel:050-6200342)

### שיעורים ולימוד

**יום א' בשעה 20:00**, סדרת השיעורים  
של **מרים ברנד** באנגלית הסתיימה. **שיעור**  
**חדש** (עם נושא חדש) יתחיל לאחר החגים.  
**שיעור עם פני ליזר**, בימי ג' בשעה 18:45 (עד  
השעה 20:00) בבית הכנסת "עם סגולה-  
פריווילגיה או אתגר?" נתבונן במקורות שונים,  
החל מהמקרא עד להוגי דעות בני זמננו. אם

### Classes and Learning Opportunities

**Sundays at 8:00 PM**, the current study  
group in English with **Miryam Brand** HAS  
CONCLUDED for the year. A new class  
(with a new topic) will start after the  
Chagim.

**Tuesday at 6.45 PM** (till 8 PM), Shiur with  
**Pini Leiser**, The Topic: "Chosen people;

---

---

יהיה ביקוש לכך, נשדר את המפגש בזום.  
מוזמנים ומוזמנות בחום

**החוג של 929** בעברית בימי חמישי בבוקר  
בשעה 8:51 בזום לפי [לו"ז 929](#). צרו קשר עם  
[מורין](#).

**החוג של 929** באנגלית בימי חמישי בבוקר  
בשעה 9:00 בזום לפי [לו"ז 929](#). צרו קשר עם  
[לורי הלר](#).

Privilege or Challenge." We will learn various sources from Tanach to contemporary thinkers. If there will be a request, the Shiur will be on zoom as well. All welcome.

**Thursday morning 929** Hebrew group at 8:51 AM via Zoom, according to the [929 study](#) schedule. **Contact [Maurene](#)**.

**Thursday morning 929** English group at 9:00 AM via Zoom, according to the [929 study schedule](#). **Contact [Laurie Heller](#)**.

---

### קישורים חשובים

[חברות בקהילה](#)  
[רישום דיגיטלי](#)  
[משרד הקהילה](#) (עינת)  
[התנדבות](#)

### Important Links:

[Membership Letter](#)  
[Membership Form](#)  
[Contacting Office](#) (Einat)  
[Volunteering Form](#)

---

אנו רוצים לכלול בידיעות הודעות על שמחות, ברכות לרפואה שלמה, ולהבדיל הודעות על אבלות ושבעה. אנא שילחו את הפרטים לדוא"ל של [ידיעות ידידיה](#) עד יום רביעי בשעה 22:00. אנא הקפידו לכלול את כל השמות בעברית ובאנגלית כדי להבטיח כתיב נכון. שלחו הודעות למייל של ידיעות [yediotyedidya@googlegroups.com](mailto:yediotyedidya@googlegroups.com) הוא: אנא ודאו שקיבלתם אישור משלדון.

**Life Cycle announcements** - We want to include in Yediot Yedidya family announcements for a Simcha, Refuah Shleima, or, alternatively, information about a Shiva. Please send the details by Wednesday at 10:00 PM. Ensure the names are spelled correctly in both English and Hebrew.

Send your announcement to the [Yediot](#) email address to [yediotyedidya@googlegroups.com](mailto:yediotyedidya@googlegroups.com). Please make sure that you receive confirmation from Sheldon.

---

### הזדמנויות לתרומה ולתמיכה באירועי הקהילה

יום הולדת, יום נישואין, או להבדיל לציין יאהרצייט? אנו שמחים להזמין אתכם לתמוך באירועים שונים של הקהילה.

מוזמנים ליצור קשר עם [לורי הלר](#) וללמוד על הזדמנויות לתמוך בלמידה ובאירועי הקהילה.

### Opportunities for Donation and Supporting Community Events

Birthday? An anniversary? To mark a Yahrzeit? We are pleased to invite you to support various community events.

Please get in touch with [Laurie Heller](#) to learn about ways to support learning and other community events.

---

**ועדת הקשר** נועדה לשרת אתכם. הצוות כולל חברי ידידיה שערוכים לסייע. אם אתם מרגישים מבודדים או בודדים, מתמודדים עם אתגרים רפואיים או אחרים, או שיש לכם שאלות על

**The Keshet Committee** is here to serve you. We are a team of fellow Yedidya members ready to be of assistance. If you are feeling isolated or lonely, experiencing medical or other challenges, or simply

---

---

הקהילה, צרו קשר עם אחד החברים שמופיעים  
ב'דיעות' תחת 'הצטרפו לפעילות'.

**צרו קשר עם חברי ועדת הקשר:** דבי ברוקפילד  
– [058-447272](tel:058-447272), לורי הלר – [050-5920382](tel:050-5920382),  
פרדה רוסנפלד – [058-6891780](tel:058-6891780), רפי רוטמן  
– [052-2369595](tel:052-2369595), רחל זלצברג – [052-2921332](tel:052-2921332)

have questions about Yedidya, please call  
any of the “Keshet contacts” listed below.

#### **Keshet Contacts:**

Debbie Brookfield [058-447272](tel:058-447272), Laurie  
Heller [050-5920382](tel:050-5920382), Freda Rosenfeld [058-6891780](tel:058-6891780),  
Rafael Rothman [052-2369595](tel:052-2369595),  
Rachelle Salzberg [052-2921332](tel:052-2921332)

---

#### **הצטרפו לפעילות**

אנו זקוקים למתנדבים – אנא התנדבו לפעילויות  
השונות:

1. הצטרפו לתורנות מקבלי פנים ([שאלות והרשמה כאן לערב שבת ופה לשבת בוקר](#))
2. התארחו או הזמינו אורחים לסעודות שבת ([בקבוצת הוואטסאפ כאן](#) או [במייל לאביטל](#))
3. פעילויות לילדים - להצטרפות לקבוצת הוואטסאפ השקטה שלנו לעדכונים - [לחץ כאן לצ'אט בוואטסאפ](#).
4. דבר תורה בשחרית - צרו קשר עם [לינדה גראדשטיין](#) או [מיירה נובק](#)
5. לקריאה בתורה צרו קשר עם [דן קטקוף](#)
6. ארבע ברכות – צורנה קשר עם [ליאל אלמוג](#)

#### **Get involved!**

You can volunteer in any of the following ways:

1. Greeters are needed, join the rota (Friday evening: [Questions or registration HERE](#); [Shabbat Morning - here](#))
2. Be hosted or host meals for others in our Community ([Whatsapp](#) or email [Avital](#))
3. Youth activities – Join the [WhatsApp group](#) for updates.
4. Give a Dvar Torah ([Linda Gradstein](#) or [Myra Noveck](#))
5. Read the Torah (Contact [Don Katcoff](#))
6. Read the Four Brachot (Contact [Liel Almog](#))

---

בעיות תחזוקה? צרו קשר עם אב הבית עדי  
אמיתי - [במייל](mailto:adimitai@gmail.com) או טלפונית [055-6661142](tel:055-6661142)

משרד? עינת ניסים במשרד, אפשר לפנות אליה  
במייל החדש: [yedidyashul@gmail.com](mailto:yedidyashul@gmail.com) או  
טלפונית [050-6888546](tel:050-6888546) (02-679-0540)  
(משרד)

**Maintenance issue?** Contact Av HaBayit  
[Adi Amitai by email](mailto:Adi Amitai) (or [055-6661142](tel:055-6661142)).

**Office Matter?** Einat Nisim, in the Shul  
Office, can be reached at the office email:  
[yedidyashul@gmail.com](mailto:yedidyashul@gmail.com), or [050-6888546](tel:050-6888546)  
(Office [02-679-0540](tel:02-679-0540)).

---

#### **פרסומות ופעילויות של קבוצות אחרות: לא באחריות קהילת ידידיה.**

**Ads and activities of other groups: Kehillat  
Yedidya takes no responsibility.**

---

**יהושע מלמסטרם** הוא נגר פיני, המתגורר במקור-חיים. הוא  
בונה דקים, פרגולות וכל מיני פריטי עץ לגנים ולמרפסות.  
בנוסף, ניתן לשכור אותו גם לעבודות צבע, שיפוצים וניקוי  
מזגנים. למידע נוסף צרו קשר עם יהושע דרך WhatsApp  
[0533848126](tel:0533848126)

**Yehoshua Malmstrom** is a Finnish carpenter who  
lives in Mekeor Ha'aim. He builds decks, pergolas,  
and all kinds of wood items for gardens and for  
balconies. In addition, he also can be hired for  
painting apartments, doing handyman works and  
cleaning air conditioners. For more information  
contact Yehoshua via WhatsApp [0533848126](tel:0533848126)

---

דבורה סלם: הנופלים – שמע ישראל  
"מי באש ומי במים"

Deborah Sullum: THE FALLEN – Shema Israel  
"Who by Fire"

---

תערוכה בגלריית תיאטרון ירושלים, מוצג בשני חללים, "חטופים - בני הערובה בעזה" - 1 ו"הנפלים - שמע ישראל" עד 1.10. דבורה דבורמן סלם

[עלון כאן](#)

או [באתר תיאטרון ירושלים](#)

---

Exhibition at the Jerusalem Theater Gallery, showing in two spaces, "Kidnapped", "The Fallen", through October 1st. **Deborah Dworman Sullum**

[Flyer here or view on Jerusalem Theater website](#)

---

רוצים להתנדב בעבודות חקלאות ולעזור לחקלאים בדרום? כל יום חמישי אנחנו נפגשים בשכונת ארנונה בשעה 6:00. האוטובוס הוא בחינם. חשוב להצטרף לקבוצת הוואטסאפ שלנו כדי להתעדכן לגבי שינויים ומידע חשוב. <https://chat.whatsapp.com/LbHnMjYXJK2Lab5KRnZGQz>

🍅🥒🌿 Want to volunteer doing agricultural work and help the farmers in the south? Every Thursday we meet at 6:00 in the Arnona neighborhood, from the Masorti school, 8 Beitar St. We expect to return Jerusalem before 18:00. The bus is free! Please join the WhatsApp group for important updates and information:

<https://chat.whatsapp.com/LbHnMjYXJK2Lab5KRnZGQz>

---

דינה וישוגרוד זלוטוגורסקי מציעה הקלטות חינם להתמודדות עם לחץ באמצעות טכניקות מיינדפולנס, למי שיצטרף לרשימת התפוצה שלה בוואטסאפ, [0544-273284](tel:0544-273284). דינה מציעה גם שיעורי זום חינם מדי שבוע, בשעה 19:00-20:00 שעון ישראל, וגם מציעה כלים מעשיים וטיפים על איך להתמודד ולבנות חוסן.

צרו קשר עם דינה זלוטוגורסקי באמצעות [WhatsApp](#) או בדוא"ל - [dr.dina@breathedeep.net](mailto:dr.dina@breathedeep.net). לעת עתה, ההקלטות והשיעורים באנגלית.

**Dina Wyshogrod Zlotogorski** is offering free recordings on dealing with stress using **mindfulness techniques**, to whoever adds themselves to her WhatsApp list, [0544-273284](tel:0544-273284).

Dina is also offering free Zoom classes weekly, on Sunday evenings at 7-8 PM Israel time, and also offering practical tools and tips on how to cope and build resilience.

Contact Dina Zlotogorski via [WhatsApp](#) or by [email - dr.dina@breathedeep.net](mailto:dr.dina@breathedeep.net). For the moment, these are all being offered in English.

---

[לוח נדל"ן כאן](#). למשלוח הודעות: [for-rent@yedidya.org.il](mailto:for-rent@yedidya.org.il)

[Apartment ads are here \(patience-new website may not be up-to-date\)](#). Submit ads: [for-rent@yedidya.org.il](mailto:for-rent@yedidya.org.il)