

# דינדונים

## מי פוחד מטילים?



### מאת

## מנוחה פוקס

ציורים שרי הס

לילדי רחובות היקרים ולהורים הנכבדים!

אני שמחה להגיש לכם, בשיתוף עיריית רחובות, את הספר הזה, מתוך סדרת הדינדונים שלי. הספר יעזור לכם בתקופה קשה זו, להתחזק, להתעודד, ולחזור לאט לאט לחיים הרגילים שלכם.

אוהבת אתכם מאוד,

מנוחה פוקס

שמחים להנגיש לילדים הרכים את המציאות המורכבת שנכפתה עלינו בימים אלו לשפתם. מוגש לכם ספר זה מאיתנו כדי להקל על ההורים ולאפשר להם לספר לילדים על המצב

רחמים מלוא, ראש העיר

צהר באוקי, מי"מ ראש העיר ומחזיק תיק הדינוק

אפרת צוקרמן, מנהלת אגף הדינוק והנוער



## בְּאֶרֶץ הַדִּינְדוֹנִים,

שָׁבָה גַּר דִּנְדִּינְדוֹן, קוֹרִים הַרְבֵּה דְבָרִים טוֹבִים וְנִפְלְאִים.

אָבֵל לַפְעָמִים

קוֹרִים שֵׁם דְבָרִים לֹא כֹּף מְשֻׁמָּחִים.

## מָה קוֹרָה שֵׁם לְמִשְׁלָל?

הָאוֹיְבִים שֶׁל אֶרֶץ הַדִּינְדוֹנִים מְשַׁגְּרִים טִילִים לְאֶרֶץ הַדִּינְדוֹנִים.

לְמָה הֵם שׁוֹלְחִים לְשֵׁם טִילִים?

כִּי הָאוֹיְבִים הָאֵלֹוּ

אֵינָם אוֹהֲבִים אֶת הָאֲנָשִׁים שְׁגָרִים בְּאֶרֶץ הַדִּינְדוֹנִים,

בְּאֶרֶץ שָׁבָה גַּר דִּנְדִּינְדוֹן.







כַּשְׁשׁוֹלְחִים הָאוֹיְבִים טִילִים לְאָרֶץ הַדִּינְדוֹנִים, נִשְׁמַעַת אֲזַעְקָה.

אֲזַעְקָה חֲזָקָה.

אֲזַעְקָה מִפְּחִידָה.

אֲזַעְקָה עוֹלָה וְיוֹרְדָת, עוֹלָה וְיוֹרְדָת.

כַּאֲשֶׁר נִשְׁמַעַת הָאֲזַעְקָה הַמִּפְּחִידָה צְרִיכִים כָּל הָאֲנָשִׁים שְׁבָאָרֶץ

הַדִּינְדוֹנִים לְמַהֵר לְמַקְלָט אוֹ לְחֹדֶר הָאָטוּם שְׁלָהֶם,

שְׁלָשָׁם הַטִּילִים לֹא יִכּוֹלִים לְהִפְנֹס.

גַּם דִּנְדִּינְדוֹן צָרִיף לְרוּץ מַהֵר מַהֵר לְמַקְלָט

וְגַם כָּל הַמִּשְׁפָּחָה שְׁלוֹ.





כָּל הָאָנָשִׁים בְּאֶרֶץ הַזֹּאת, בְּאֶרֶץ הַדִּינְדוּנִים,  
פּוֹחֲדִים מֵהָאֲזֵעָקָה הַמִּפְחִידָה.

לָמָּה הֵם פּוֹחֲדִים?

כִּי הֵם לֹא רוֹצִים שְׂיִקְרָה לָהֶם מִשְׁהוּ מֵהַטִּילִים הַמִּפְחִידִים.

לָמָּה עוֹד הֵם פּוֹחֲדִים?

כִּי הָאֲזֵעָקוֹת הַצּוֹעֲקוֹת עוֹשׂוֹת קוֹלוֹת חֲזָקִים וּמִפְחִידִים  
וְהַקּוֹלוֹת הַמִּפְחִידִים הָאֵלוּ נִכְנָסִים לְכֹלָם לְאֲזָנִים.

כָּל הָאָנָשִׁים בְּאֶרֶץ הַזֹּאת פּוֹחֲדִים,

אֲפֹלוּ שְׁלֹא כָּלָם מוֹדִים בָּזֶה

וְלֹא אוֹמְרִים אֶת זֶה בְּקוֹל.





יום אחד הָיָה דַנְדִּינְדוֹן בְּבֵית שֶׁל דוֹן דוֹן, הַחֵבֵר שְׁלוֹ.

פְּתָאוֹם נִשְׁמָעָה הָאֲזַעְקָה.

אִמָּא שֶׁל דוֹן דוֹן קְרָאָה:

כָּלֶם לְרוֹץ לְמִקְלֵט!

וְשָׁמְעוּ שֶׁהִיא נִבְהָלָת.

כֹּל מִי שֶׁהָיָה בְּבֵית שֶׁל דוֹן דוֹן מְהֵרָה לְמִקְלֵט שֶׁל דוֹן דוֹן.

גַּם דַּנְדִּינְדוֹן מְהֵרָה יַחַד עִם כָּלֶם. הוּא מְאֹד פֶּחַד מֵהָאֲזַעְקָה.

אִמָּא שֶׁל דוֹן דוֹן אָמְרָה:

לֹא לְפֶחַד יְלָדִים, לֹא לְפֶחַד רֵק לְרוֹץ.

דַּנְדִּינְדוֹן חֲשֵׁב לְעֵצְמוֹ:

”אִמָּא שֶׁל דוֹן דוֹן אוֹמְרָת לֹא לְפֶחַד, אָבֵל הִיא בְּעֵצְמָהּ פּוֹחֶדֶת,

שׁוֹמְעִים אֶת זֶה עַל הַקּוֹל שְׁלָהּ,

וְגַם אֲנִי פּוֹחֵד, מְאֹד פּוֹחֵד.”

דַּנְדִּינְדוֹן נֹסֶה לֹא לְפֶחַד, אָבֵל הַפֶּחַד, כְּמוֹ תּוֹלַעַת שְׁמִכְרֶסֶת בְּעֵץ,

כִּרְסֵם לוֹ בְּלֵב וְלֹא עֲזַב אוֹתוֹ אֶפְלוּ שְׁאִמָּא שֶׁל דוֹן דוֹן אָמְרָה.





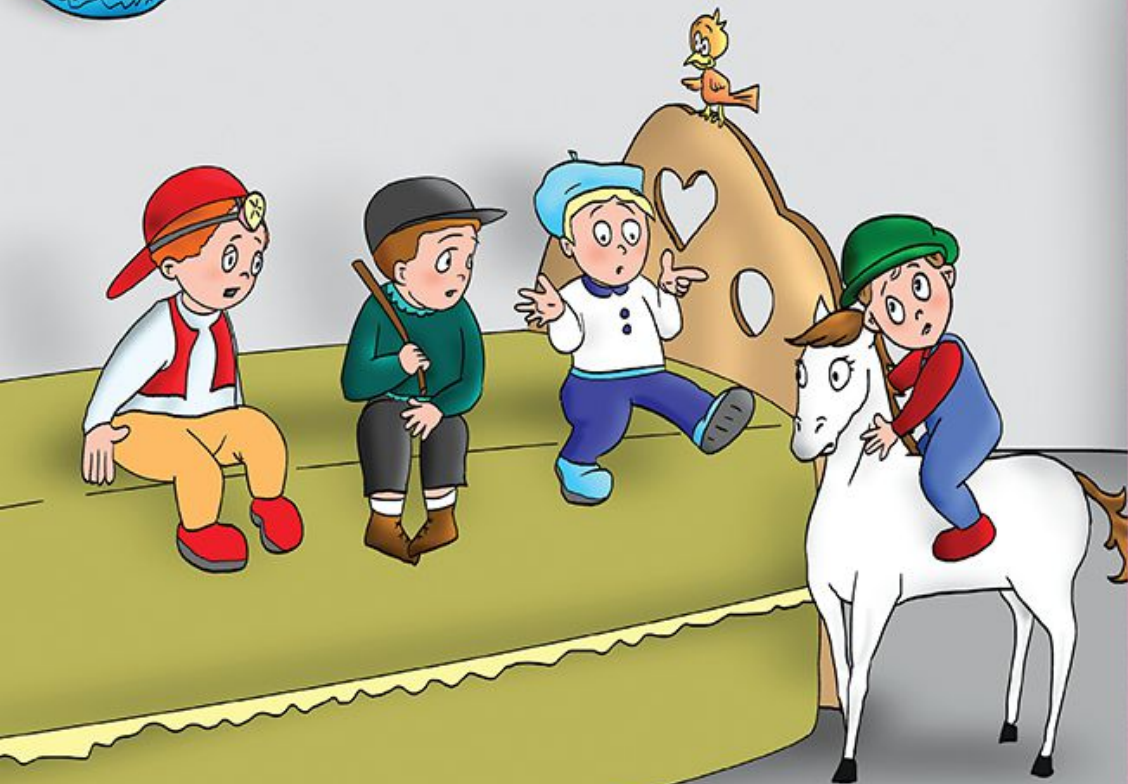
כְּשִׁיצְאוּ כָּלֶם מֵהַמְקֵלֵט שֶׁל דוֹן דוֹן בָּאָה דִּינְדוֹנָת הָאָחוֹת  
שֶׁל דְּנִדְנִדוֹן - לְקַחַת אֶת דְּנִדְנִדוֹן הַבֵּיתָה.  
רַק הִגִּיעוּ הַבֵּיתָה וְכָבֵר, כָּל כֹּף מֵהֵר, נִשְׁמָעָה עוֹד אֲזַעְקָה.  
אָמָא שֶׁל דְּנִדְנִדוֹן אָמְרָה:  
יְלָדִים, דִּינְדוֹנָת, דוֹן, וְדְנִדְנִדוֹן,  
בּוֹאוּ נִרְד מֵהֵר לְמִקְלֵט!  
דְּנִדְנִדוֹן הִרְגִישׁ שֶׁהוּא מִמֶּשׁ פּוֹחַד,  
אָבֵל פִּתְאוֹם שָׁמַע אֶת אָמָא בְּקוֹל רְגוּעַ אוֹמְרָת:  
**בּוֹאוּ נִשִּׁיר שִׁיר לְדָרְךָ!**  
דוֹן אָמַר: "כּוֹ, כּוֹ, שִׁיר. נִשִּׁיר אֶת הַשִּׁיר  
וְהֵם הִתְחִילוּ לְשִׁיר אֶת הַשִּׁיר הַזֶּה עַד שֶׁהִגִּיעוּ לְמִקְלֵט.  
גַּם שָׁם, בְּמִקְלֵט לֹא הִפְסִיקוּ לְשִׁיר.  
וְהֵם שָׂרוּ כָּל כֹּף חֶזֶק עַד שֶׁלֹּא שָׁמְעוּ אֶת הָאֲזַעְקָה בְּכָלֵל.  
גַּם דְּנִדְנִדוֹן שָׁר כָּל כֹּף חֶזֶק עַד שֶׁשָּׂכַח לְרַגַע שֶׁהוּא פּוֹחַד מִמֶּשָׁהוּ.



כל המשפחה של דנדינדון ירדה כבר למקלט,  
גם השכנים האחרים ירדו,  
וביניהם חברים של דון, דנדונת ודנדינדון.  
כלם יחד הצטרפו לשירה כשהם חושבים לעצמם:  
"נכון שהאזעקות מפחידות,

אבל אם שרים שירים ואם מאמינים שיש לנו שומר ששומר עלינו  
אז פחות פחדים ופחות רועדים..."  
הסתכל דנדינדון וראה, את הילדים של השכנים. מי היה שם?  
דניאל עם מקל ביד.  
דנדיאל עם פנס מאיר על המצח.  
ודינדון בא רכוב על הסוס הלבן.  
כלם הגיעו למקלט, ישבו יחד על המטה הגדולה והרחבה ודברו.  
דניאל אמר: אם האויבים יעזו להתקרב אלי, אני אעשה להם ככה.  
הוא הניף את המקל: אני אראה להם שלא שווה להם בכלל.  
דנדיאל אמר: אם פתאום תהיה בומבה חזקה ויהיה חשך מפחיד,  
אני לא אפחד בכלל, כי הפנס שלי יאיר את המקלט.





וְדִינְדוֹן עַל הַסּוּס הַלָּבָן אָמַר: אִם הָאוֹיְבִים יָבוֹאוּ לְכָאן,  
אֲנִי אֶרְכַּב עַל הַסּוּס הַלָּבָן וְאֶבְרַח רְחוּק מִכָּאן.

וְאָז אָמַר דְּנִינְדוֹן:  
"אֲנִי פּוֹחַד מְאֹד.  
יֵרֵב פֶּחַד אֲנִי לֹא יְכוֹל בְּכֻלּוֹ לְהַחֲזִיק מִקַּל,  
אוֹ לְשִׁים פָּנָס עַל הַמִּצַּח,  
אוֹ לְרַכֵּב עַל סוּס לָבָן."

אָמַר דְּנִינְדוֹן: "אֵז מָה?  
גַּם אֲנִי פּוֹחַד אֶפְלוּ שְׁיֵשׁ לִי מִקַּל."  
"גַּם אֲנִי פּוֹחַד" - אָמַר דְּנִינְדוֹן.  
"אֶפְלוּ שְׁיֵשׁ לִי פָּנָס עַל הַמִּצַּח."

"גַּם אֲנִי פּוֹחַד"  
אָמַר דִּינְדוֹן וְהַחֲזִיק חֲזָק בְּסוּס הַלָּבָן.





”אז עכשו”, כך הציעה אמא,  
”בואו נעשה מעגל של חבוקים,  
אם מחבקים ואוהבים אז שוכחים.  
שוכחים שפּוֹחֲדִים, כי כָּלָם בִּיחַד.”

וקל הילדים הניחו את הידים שלהם זה על זה, וקראו:

**אֲנַחְנוּ בְּטוֹחִים. אֲנַחְנוּ פְּחוֹת פּוֹחֲדִים.**

הם שרו יחד שירים  
והרגישו שהם מנצחים את כל האויבים הרעים,  
שכל הזמן זורקים טילים.



## איך לעזור לילד לפחד פחות ממלחמה ואזעקות?

מאת המחברת, הסופרת מנוחה פוקס - יועצת משפחתית

גם ילדים וגם מבוגרים פוחדים ממלחמות ומאזעקות. יש כאלו שלא מודים בכך ויש כאלו שמדברים על כך באופן חופשי. כשמדברים עם הילד באופן חופשי על מושג הפחד, הילד לומד שהפחד קיים גם אצל אחרים ופחד פחות. כשמדברים עם הילד על מושג הפחד הוא מבין שהפחד זה לא דבר שצריך להחביא אותו, כך הוא מדבר עליו ונותן לו מקום ברור בחייו.

לפעמים הורים אומרים לילד: "תפסיק לפחד, אל תהיה פחדן, אל תהיה תינוק". והם לא שמים לב שהמשפטים האלו לא עוזרים, להפך, הם גורמים לילד לחשוב לעצמו מחשבות שונות שאף אחת מהן לא עוזרת לו לנטרל את הפחד. הוא חושב לעצמו:

- ההורים שלי לא מבינים אותי.
- אני באמת לא ילד רגיל.
- אם אומרים לי שאני תינוק, אז אני באמת אמשך להיות כזה.
- בלאו הכי יאמרו לי שאני כזה.

## רוצים להקל על ילדיכם את הירידה למקלט?

♥ זכרו שילדים מושפעים מהתגובות שלכם. לכן אל תגיבו באופן קיצוני

כאשר הילד לידיכם. הילד רואה אתכם ומבין לפי התגובות מה קורה סביבו.

♥ אם יש בביתכם מכשיר המעביר מידע, אל תפתחו אותו כשהילדים בסביבה. הדיווחים אינם מותאמים לילדים. שימו לב שלא לדבר בטלפון ולפרט כמה אתם מודאגים כשהילד שומע.

♥ נסו לשדר אווירה של רוגע, לא להכריז שאינכם מפחדים וגם לא לומר לילד לא לפחד, אלא לגרום לו שלא לפחד יותר מידי על ידי רגיעה.

♥ שירו שירים עם הילדים. שימו כלי נגינה בחדר המוגן, שתוכלו לנגן בו, אם אתם יודעים.

♥ שחקו עם הילדים במשחקים חביבים, זה ירגיע גם אתכם.

♥ דאגו שבמקלט יהיו דפי ציור, חומרי עבודה למלאכות יד פשוטות, משחקים מעניינים לפי גיל הילד. קשטו את המקלט או את החדר שאתם נכנסים אליו בתמונות מרגיעות, או בציורי הילדים.

♥ ילד ששואל שאלות זה מצוין. ענו לו לפי רמתו, אבל השתדלו שתשובותיכם יהיו פשוטות ומתאימות לגילו.

♥ הרבו בחמימות ביושבכם במקלט, דברו ברוגע וברוח טובה, נצלו את שעות ה"יחד" שלכם עם הילדים להנאה.



## רוצים לספר לי איך עזר לכם הספר?

מי סיפר לכם אותו?

אולי קראתם אותו בעצמכם?

רוצים גם להשתתף בהגרלה

בה תוכלו לזכות במשחק מיוחד בעבורכם?

כיתבו לי מייל לכתובת: [c5712111@gmail.com](mailto:c5712111@gmail.com)

צרפו תמונה שלכם קוראים את הסיפור הזה

ותיכנסו להגרלה על 10 משחקי קופסה מיוחדים!!

אוהבת אתכם מאוד

הסופרת מנוחה פוקס

♥ נסו להכניס הומור לימים הקשים. לא יעזור אם תלחצו ותאכלו ציפורניים בשקט.

קראו לטיל בשם: "חדק של פיל" על שם החדק הארוך... לכיפת הברזל בשם: "כיפה אדומה" שאנו אוהבים אותה, המציאו המצאות ילדותיות וחמודות יחד עם ילדכם, זה יועיל להם, זה יעזור גם לכם.

והעיקר, זכרו והזכירו לעצמכם ולילדכם,

**שלא בחיל ולא בכוח מישהו מנצח,**

**ואנחנו, למזלנו, יש לנו על מי לסמוך...**

שלכם,

מ/נחה פוקס

