

24.26x35.59	1	15	עמוד	ממון	ידיעות אחרונות - ממון	15/07/2011	28049275-7
80373							



הרבה סלט וקוטג'

סוף השבוע של עפרה אלול קצר: בשישי היא עובדת, ובערב מכינה ארוחה רבת משתתפים • בשבת אחה"צ כבר מתחיל שבוע עבודה חדש

מה את עושה ביום שישי?

"הבוקר מוקדש לעבודה. אני מאוהבת בעבודה שלי. אנשים מסתכלים עליי בתימהון כשאני אומרת שאני בעבודה בשישי בבוקר. אבל אני לא מרגישה מקופחת. הקמפוס תוסס, מלא חיים וממלא אותי באנרגיות טובות. אני קמה בשש בבוקר, מתעמלת שעה, מספיקה לבשל את מה שלא הספקתי ערב קודם, ובתשע אני בעבודה. אני נפגשת עם סטודנטים, ובריאולוג איתם מתפתחים קשר והיכרות אישית. פעם פגשתי למשל את עמוס, טייס קרב, שעבר בעסק המשפחתי. התפתחה בינינו שיחה מרתקת. הוא סיפר שהוא בחיפוש אחר קריירה חדשה והיה ברור שיש לו קושי בעיסוק הנוכחי, בו הוא אינו ממצה את מרב הפוטנציאל, ועם זאת הוא גם חווה קונפליקט בין הערכים שמובילים אותו בעשייה הנוכחית לבין הרצון לייצר לעצמו כיוון חדש. מהר מאוד גלשנו לשיחה על חלומות ישנים שלא מומשו, ואני בטבעיות הצעתי לו את לימודי ה-MBA באקדמי פרס. במהלך הלימודים היינו נפגשים מדי פעם והוא שיתף אותי בתחושות שליוו אותו, והרגשתי את תחושת ההתחדשות ששטפה אותו. התהליך היה מבורך והוליד לעמוס עיסוק חדש ומאתגר."

מה קורה ביום שישי בצהריים?

"בדרך הביתה אני קונה חלות לשבת בבית המאפה במזכרת בתיה, ואז מתחילה השבת. זה תמיד מזכיר לי את השבת בבית הוריי. גדלתי ברמלה, במשפחת ביסטריצקי שעלתה מרומניה. אבי היה מנהל בית ספר ואמי הייתה רוקחת. התחנתי עם רפי ואנחנו בית רב-תרבותי שיש בו מיוזג גלויות. ערב שבת זה רגע של נחת. רפי, שהיה במשך שנים רבות בתפקידים ציבוריים, תמיד פינה את שישי בערב לטובת המשפחה. יש לנו שני בנים, רון (25) וזיו (22), הם מקור גאוותנו והיחסים שלנו איתם מדהימים. גם הם למדו, במשך השנים, שעל ארוחת שישי בערב לא מוותרים. זיו גר בבית. הוא השתחרר מהצבא לא מזמן ויתחיל ללמוד באקדמי פרס. במהלך הזמן הפכו לחלק מהמשפחה."

מה בתפריט?

"יש תפריט קבוע של יום שישי: אני מכינה קציצות דגים מלוקוס ברוטב פיקנט, עוף ממולא באורז וצנוברים בטעם מתקתק, גולש מבשר משוכח והמון סלטים מירקות טריים, אותם בעיקר אני אוכלת."

אתם יוצאים בערב שבת?

"בדרך כלל לא. רק אם אנחנו מוכרחים. זה ערב משפחתי, הארוחה נמשכת הרבה זמן, וזאת הזדמנות לדבר על כל מה שקרה במשך השבוע. יש חברים שלנו וחברים של הילדים, כך שזה בעצם אירוע חברתי בפני עצמו."

מה את עושה בשבת בבוקר?

"אני קמה בשמונה, מתעמלת שעה, ואחר כך אנחנו מקדישים את הבוקר לפגישות עם חברים, בדרך כלל מחוץ לבית. בקיץ אנחנו אוהבים לשבת בבית קפה ליד הים, בחוף הצוק. בחורף אנחנו הרבה פעמים נפגשים ב'רוקה' בהרצליה פיתוח. אנחנו חוזרים הביתה לארוחת צהריים ופורשים לנוח. זהו היום היחיד בשבוע שבו אני ישנה בצהריים. כמוצאי שבת אני כבר מתחילה את השבוע החדש. תיבת המייל, שהייתה סגורה במשך השבת, חוזרת לפעולה. אני קוראת הרבה. הספר שהכי ריגש אותי בזמן האחרון הוא 'יונה ונער' של מאיר שלו."

את זוכרת סוף שבוע קסום בחו"ל?

"לפני חודש היינו בלונדון אצל בננו רון לסוף שבוע. שכרנו בית בקובנט גרדן, בלב אזור הפאבים, וזה היה כיף גדול. פגשנו שם חברים שרון עובר איתם, טיילנו ועשינו שופינג. ראינו את המחזמר 'מלך האריות', אכלנו במסעדות יפניות. היפניות של לונדון נהדרות. חזרתי לארץ עם הג'ינס והסנדלים שאני לובשת עכשיו."

איך את שומרת על הגזרה?

"אני אוכלת המון סלט ירקות וקוטג'. זה התפריט שלי כבר ארבע שנים, כל יום בצהריים. בערב, כשאני באה הביתה, אני אוכלת דג או עוף עם ירקות מאוירים. אין צורך לרחם עליי בגלל הסלט. מדובר בסלט מושקע עם עשבי תיבול, לימון, גרעיני דלעת. יש לי מאמן כושר שבא אליי הביתה פעמיים בשבוע, ובשאר הימים אני עושה את התרגילים שהוא משאיר לי כשיעורי בית. אני עושה גם אירובי על מכשיר ריצה ומאזינה למוזיקה תוך כרי. אני אוהבת את שלמה ארצי, ובמיוחד את השיר 'מלך העולם', שהייתי רוצה להקדיש לילדים שלי."



עפרה אלול (49), הנשואה לח"כ לשעבר רפי אלול (54), היום איש עסקים, היא יו"ר אגודת ניצן זה 15 שנה, ולפני שש שנים הקימה את המרכז האקדמי פרס ברחובות, לפי חזונו של שמעון פרס. במרכז לומדים כ-2,500 סטודנטים מינהל עסקים, מדעי ההתנהגות, ומהשנה הבאה גם משפטים ומדעי התזונה, בשיטת "הפרופסור האישי". "פגשתי הרבה בוגרי תיכון עם פוטנציאל שהתקשו להצליח בגלל לקויות למידה. רציתי להקים מקום שיאפשר להם ללמוד בדרך אחרת. יצרנו מקום שבו כל סטודנט מרגיש כבן יחיד."