



מינהל קהילתי גינת העיר - בית יהודית רח' עמק רפאים 12, ירושלים  
 טל': 02-5664144, פקס: 02-5666620 www.ginothair.org.il

פוליסטי

# שוק אורגני עם משק חביביאן



ירקות אורגניים טריים

תוצרת טרייה רעננה ונקיה, נקטפת מהשדה מוקדם בבוקר  
 ומגיעה היישר לירושלים עבור תבשילי השבת

מידי יום שישי 8:00-14:00  
 בבית יהודית

havivian.co.il 050-3412360 organic@havivian.co.il





3

## « תוכן עניינים

38 .....	קהילות	4 .....	דברי פתיחה
39 .....	אורבני והקריה החינוכית	5 .....	חברי ההנהלה
40 .....	תרבות	6 .....	Ginot Ha'ir
41 .....	פורום גוונים	7 .....	סטודיו כד וחומר
42-43 .....	נוער	8 .....	שלוחת ניות
44 .....	קיימות ואיכות הסביבה	9 .....	שלוחת רחביה
45 .....	מהפח ירוק	10 .....	שלוחת קטמון
46-48 .....	גמלאים	12-25 .....	חוגי ילדים
49 .....	use your עברית	26-33 .....	חוגי מבוגרים
50 .....	"בנק הזמן" ו"רעים"	34-35 .....	חוגים בשלוחת קטמון
51 .....	נהלי רישום ולוח חופשות	36 .....	משפחות צעירות
		37 .....	ימי הולדת



**לקבלת פרטים והרשמה**  
**מינהל קהילתי גינות העיר -**  
**בית יהודית**

רח' עמק רפאים 12  
 ירושלים, ת.ד. 8009  
 טל': 02-5664144  
 פקס: 02-5666620

» **זניה חנים במחיר**  
**הטבע וכן הפעמו**

Ginot Hair Community  
 Council Beit Yehudit-  
 ICCC

Emek Refaim 12,  
 Jerusalem 93105  
 P.O.Box 8009  
 Tel: 02-5664144  
 Fax: 02-5666620

[www.ginothair.org.il](http://www.ginothair.org.il)

**גם אני**  
**עושה**  
**קומפוסט**  
 « ראה עמוד 45



**מהבית**  
**ירוק**  
 בשכונת גינות העיר

עיצוב החוברת: "פוליטי" - פרסום ותקשורת שיווקית 02-6797770

# פליק פלק

ביה"ס להתעמלות ואקרובטיקה  
 אתגר לגוף, חווייה לנפש



**התעמלות**  
**קרקע**  
**ומכשירים**

f | [www.flik-flak.co.il](http://www.flik-flak.co.il)

פיתוח מרכיבי הכושר השונים - גמישות, כוח, טיפוח היציבה והמודעות לגוף.  
 שיווי משקל, קואורדינציה וזריזות לצד פירמידות ומבנים.  
 אסתטיקה, ביטחון ומשמעת עצמית. תנועה ומחול.

מיזמניות מתחום התעמלות קרקע, אקרובטיקה, ספסל, קורה וקפיצות.



פוליטי

**גילה** המינהל הקהילתי  
 02-6461111

**היכל הספורט מלחה**  
 052-2862115, 02-6480427  
 050-6461946

**הורקניה 14**  
 052-2862115, 02-6480427  
 050-6461946

**בית יהודית**  
 (מרכז תרבות עמים לשעבר)  
 02-5664144

## מינהל קהילתי יגות העיר מתכבד להציג בפניכם את חוברת הפעילות לשנת תשע"ז.

אנו שמחים להמשיך את תנופת הפעילות הענפה והמגוונת במינהל קהילתי יגות העיר. פעילות המינהל הקהילתי משתרעת על פני מרחב שכונות יגות העיר. "בית יהודית", ברחוב עמק רפאים הוא הלב הפועם שלנו והוא פועל משעות הבוקר המוקדמות ועד לשעות הקטנות של הלילה ומהווה עוגן מרכזי לפעילות פנאי וקהילה לכול הגילאים. בנוסף, אנו שמחים על כך שהפעילות מתרחבת לשכונות ברחבי המינהל: שלוחת אוסישקין ברחביה, שלוחת חורב בקטמון הישנה, והשלוחה הקהילתית החדשה בבית מגורה בניו. בנוסף, אנו פועלים בכל המרחב הקהילתי המשתרע מרחביה בצפון ועד לקטמון הישנה בדרום, מימין משה במזרח ועד לניו במערב, במבני ציבור, בנינות הציבוריות, בנינות הקהילתיות, בבתי קפה ואף בבתי פרטיים. החוברת מציגה מגוון של תכניות בתחום הפנאי והחברה. בנוסף, המינהל שלנו מושקע בקשת רחבה של נושאים אורבאניים, תרבותיים, קהילתיים וסביבתיים. מינהל יגות העיר מהווה את אחד העוגנים המשמעותיים לקידומה של ירושלים כעיר מתחדשת ופולרליסטית. המרחב הקהילתי שלנו מבטא את צבינה הפולרליטי של העיר, בו כולם מוצאים את מקומם, צעירים ומבוגרים, מקומיים ואורחים, סטודנטים ותושבי קבע. כקהילה חזקה ומובילה בעיר, אנו מחויבים לפיתוח הקהילה והחברה האזרחית בירושלים, ולביסוס מרקם החיים המשותפים בעיר מרובת הגוונים.

בשנה הקרובה נקיים תהליך בחירות להנהלת המינהל הקהילתי, יחד עם כל המינהלים הקהילתיים בעיר. אני תקווה כי תהליך זה יסייע להעמקת חוסנה וחוזקה של הקהילה, ולהמשך פיתוח הדמוקרטיה הקהילתית.

במהלך השנה, ירושלים תציין מלאת 50 שנה לאיחוד העיר. ירושלים תהיה במוקד של חגיגות, יזינים ומחלוקות. בתוך אלה, אנו מציגים דגם של חיים איכותיים, סובלניים, פתוחים ויצירתיים. מי ייתן והמאפיינים שלנו יקרינו על כל מה שקורה בעיר.

**ברצוננו להודות לחברי ההנהלה והפעילים הקהילתיים הרבים הפועלים במרץ לכל אורך השנה, כוחה של הקהילה - הוא כוחכם שלכם. וכמוכן לצוות המקצועי המסור של המינהל הקהילתי, על עבודתם הברוכה שנעשית לאורך כל השנה. אנו מבקשים להודות גם לכול שותפינו לעשייה: עיריית ירושלים על כול אגפיה, החברה למתנ"סים, קרן ירושלים, קרנות וארגונים רבים וטובים נוספים הפועלים אתנו בעשייה ברוכה לטובת הקהילה והעיר.**

ד"ר אילן אזרחי - יו"ר הנהלת המינהל הקהילתי

**צוות המינהל:** שייקה אל עמי - מנהל המטה • נטלי פיקהולץ - מנהלת תחום קהילה, סגנית מנהל • נטלי פיקהולץ - מנהלת "בית יהודית", משפחות צעירות ופנאי • תמר קליין - מנהלת תחום תרבות • מירית רמז - מנהלת תחום כספים • מילנה ריצ'קוב - מנהלת חשבונות • עליזה מלול - מנהלת תחום גיל שלישי • יוסף קניאטי - רכז צעירים ופריקט "אבן ירושלמית" • תמר קרודו - מתאמת הפקה • עידו גברעם - עובד קהילתי • אלכס אסרניצקי - מנהל יחידת הנעור והמרכז הירושלמי לאקטיביזם ויוזמות לנוער • איציק עדס - מתכנן אורבאני • יותן פליטמן - מנהל תחום מיחזור • עדי בר - רכזת חוגים וספורט • ליאת טלמור-עוזרי - רכזת צהרונים צילה • שילת ווילי - רכזת צהרונים צילה • אבשלום חמד - אב בית "קהילה תומכת" • תהילה כהן - רכזת יגות קהילתיות ושימור עצים ושלוות יגות • רבקה בקסביס - רכזת תרבות ופנאי שלוחת רחביה • דנה תום - מנהלת בנק הונו ומתנדבים • אליעזר רחט - מנהל מוקד קליטה • דבי שוקה חיים - רכזת טונוס • ירון מורוזי - רכז • אנה-שילת ניצן - רכזת נוער, מנהלת פרויקטים של המרכז הירושלמי לאקטיביזם ויוזמות לנוער • אלה לביא - רכזת נוער, מנהלת תכניות "בקהילה" • תני רוטמן - רכזת נוער, פרויקטים מעורבות חברתית ורב-תרבותיות • טליה שלינגר - מנהלת סטודיו "כד וחומר" • נדען ברידיא - בנק הונו • לירח בטיטו פרידמן - רכזת גיל שלישי וקהילה שלוחת רחביה • טלי ילין - נגנת נ תות • תמי וילסון - נגנת נ אופק • שושי יחיא - מזכירת מנהל • טלי סטרלוביץ - מזכירת מנהל • ברברה טלסוף - מזכירת מנהל • שני גלנט - מזכירת מנהל • תמר דאר - מנהל אחזקה • פאזי עוד - אחזקה • מוחמד עוד - אחזקה • מוחמד אבו דיאב - אחזקה • אביביל - רכזת מיחזור

# חברי הנהלה



אהרון כצמן  
aaron@lighthousecapital.co.il



עדיט רוברין  
voterubinidit@gmail.com



אבנר הרמתי  
aramati.avner@gmail.com



שרה יעקבובה  
sarayzada@gmail.com



אילן אזרחי - יו"ר  
Ezrachi.elan@gmail.com



אלקנה הולצר  
holzerlaw@hotmail.com



שלום קוולר  
shalomkwelller@gmail.com

## נציגי מוסדות:

לאה בלם  
נציגת החברה למתנ"סים

רביבי מנחם  
נציג קרן סילברסטון

ברזילי זקס עדי  
מתכנתת רובע עיריית ירושלים

לואיס גולדברג  
נציג מינהל תרבות  
חברה ופנאי עיריית  
ירושלים

אלישבע מהלר  
נציגת לשכת רווחה  
עיריית ירושלים

יעל ימיני  
נציגת מנח"י  
עיריית ירושלים

מירב חיימוביץ  
מנהלת רובע "אורנים"  
עיריית ירושלים

מוזמנים ליצור קשר  
עם נציגי הציבור  
השכונות במינהל  
הקהילתי:

המושבה הגרמנית,  
המושבה היוונית,  
רחביה, טלביה, ימין  
משה, קטמון הישנה,  
קרית שמואל, ניו,  
מחנה ישראל

מינהל קהילתי  
"יגות העיר"  
בית יהודית -

(מרכז תרבות העמים המחודש)  
עמק רפאים 12,  
המושבה הגרמנית,  
93105 ת.ד. 8009, י-ם 93105  
טלפון: 5664144

שלוחת אוסישקין  
אוסישקין 38,  
טלפון: 02-6248568

שלוחת קטמון  
אלם ביה"ס חורב

שלוחת ניו  
בית מערה, ניו 62

www.ginothair.org.il  
info@ginothair.org.il

# כד והומר

סטודיו  
לצביעת  
קרמיקה

הסטודיו של בסטי

מה  
אתם בוחרים את הכלי שאתם הכי אוהבים.  
אנחנו מקשיבים, נותנים עצה טובה והכוונה.  
אתם מציירים וצובעים את הכלי שבחרתם.  
אנחנו שורפים בתנור קרמי.  
אתם אוספים מתנה נפלאה כעבור עשרה ימים.

## עושים בסטודיו?

### שעות פתיחה:

בחגים וחופשות (עפ"י משרד החינוך)  
א'-ה' 10:00-21:00  
שישי וערבי חג 10:00-14:00

בימי חול-במשך השנה  
א-ד 15:00-21:00  
ה 10:00-23:00 / יום שישי - סגור

FACEBOOK Kad Vachomer

בית יהודית  
Emek Refaim 12  
**02-5458113** עמק רפאים

## Ginot Ha'lr Community Council

community programs, activities & classes  
for kids, teens and adults

### Aliyah to Jerusalem

We want to help you get to know your new community, allow us to support you as you get to know Jerusalem. Klita & English programing coordinator Eliezer Rosner is happy to assist with direction and advice - [Eliezer@ginothair.org.il](mailto:Eliezer@ginothair.org.il)

- » Time bank » Recycling » Teen Programs
- » Senior's Programs » Young Families
- » Culture » Urban Forum

English «  
information on  
our programs can be  
found on our website  
[ginothair.org.il](http://ginothair.org.il)

## Conseil de communaute Ginot Ha'lr

Programmes, activites et classes pour enfants,  
adolescents et adultes

Information en Anglais sur nos programmes vous  
trouverez a la site Web [ginothair.org.il](http://ginothair.org.il)

### Aliya a Jerusalem

Nous voulons vous aider faire connaissance avec votre nouvelle communaute; permettez nous de vous soutenir pendant que vous faites la connaissance de Jerusalem. Le coordonateur de Klita et programme anglais et français, Msieur Eliezer Rosner sera heureux vous assister avec direction et conseil.-[Eliezer@ginothair.org.il](mailto:Eliezer@ginothair.org.il)



## שלוחת רחביה

מינהל קהילתי "גינות העיר" פועל בשלוחה הקהילתית שבכניסה לביה"ס "אוולינה תהילה" (רחוב אוסישקין 38) וכן באולמות ומגרשים בבתי הספר אוולינה תהילה והגימנסיה העברית. השלוחה משמשת את אוכלוסיית השכונה, במסגרתה מוצעים מגוון פעילויות תרבות וחוגים לילדים ומבוגרים. כמו כן, בשלוחה פעילות לבני הגיל השלישי כגון "קפה אירופה" ו"קהילה תומכת".



## שלוחת ניות

באגף האחרונה נפתחה שלוחה קהילתית חדשה בשכונת ניות. השלוחה נמצאת בבית מנורה - מתחם ביה"ר, רחוב ניות 64, עמק המצלבה ליד שבטי הצופים. השלוחה משמשת את תושבי ניות, נוה שאנן, נוה גרנות, נוה המזיאן והשכונות הסמוכות. בשלוחה מתקיימת פעילות מבוגרת, למבוגרים וילדים, ומשמשת כמוקד מפגש לקהילה במהלך השבוע ובסופו. השלוחה משמשת כבית לפעילי "שומרי העמק" אתר טבע עירוני קהילתי בעמק המצלבה הפועל לשימור הרי הציפא שבמקום. לצד הפעילות הסביבתית מפעילים "שומרי העמק" מתחם טבע עירוני המהווה תשתית ללימודי טבע ופעילות תרבות שונות.

**שיעורים למבוגרים ולגיל השלישי:** שיעורי פילאטיס ויוגה, שיעורי ערבית וספרדית, שיעורים במסגרת תכנית "אל גיל", התעמלות לגיל השלישי ועוד

**חוגים לילדים ותינוקות:** סדנאות "תרגילאמא", עיסוי תינוקות, חוגי קפוארה, כדורגל, טבע, אנגלית, אומנות, סיירות, טרום כלי ועוד

**אירועים קהילתיים וסדנאות:** אירועים בשיתוף הקהילה סביב חגים וחופשות וכן סדנאות בנושאים שונים **ימי הולדת בשלוחה:** ניתן להשכיר את אולם הפעילות לימי הולדת במחיר אטרקטיבי

\*חניה חנם ובשפע \*קווי אוטובוס: 14, 15, 19, 22, 32 בצמת הרחובות הרצוג - הוז - טשרניחובסקי

☛ **פרטים על הפעילויות באתר המינהל הקהילתי** [www.ginothair.org.il](http://www.ginothair.org.il)  
**מנהלת שלוחת ניות: תהילה ספן** [Tehila@ginothair.org.il](mailto:Tehila@ginothair.org.il)



8

9

☛ פעילי רחביה הצטרפו לעשייה משמעותית לשיפור השכונה לפרטים: **לירז בטינו פרידמן** [liraz@ginothair.org.il](mailto:liraz@ginothair.org.il)

☛ רכות השלוחה: **רבקי בוקסביט** [rivky@ginothair.org.il](mailto:rivky@ginothair.org.il)

☛ רכות תחום גיל שלישי: **לירז בטינו פרידמן** [liraz@ginothair.org.il](mailto:liraz@ginothair.org.il)

### חוגים לילדים

חוגי אלקטרוניקה, נגרות, שחמט, משחקי חשיבה, כדור רגל ומשחקי ספורט ולהטוטים, חוגי בלט, מחול מודרני וקלאסי, פלסטלינה מקצועית, ציור בשמן ועוד.

פתיחת חוגים הינה בהתאם לבחירה: פעילות מעורבת, או פעילות נפרדת לבנים / בנות

### ערבי עיון

ערבי עיון ופעילות לקראת חגים.

### ספורט לנשים

זומבה, פילאטיס אינטנסיבי, פילאטיס 50+, עיצוב דינאמי

### גיל שלישי

מגוון תוכניות איכותיות לבני הגיל השלישי: קהילה תומכת, קפה אירופה, נקודת מפגש. חדש! פעילות במסגרת תוכנית לימודי הבוקר אל-גיל: התעמלות בוקר וקורס גוף-נפש

פרטים בעמודים 48-49

# חוזרים לרקוד עם דאנסדיירקט מארזים לחוגי בלט החל מ-99₪



חבילה 1  
ילדות  
99<sup>90</sup>₪

בגד בלט + גרביונים  
נעלי בלט + חותלות



חבילה 2  
נערות  
139<sup>90</sup>₪

בגד בלט + גרביונים  
נעלי בלט + חותלות



DanceDirect.co.il

שירות לקוחות 03-5136929



## פעילות המינהל בקטמון הישנה

מינהל קהילתי "גינת העיר" מקרב ומגייש מגוון פעילויות לתושבי השכונה. בשנת הפעילות תשע"ו נמשיך לקיים תוכניות פנאי ותרבות לילדים, נוער ומבוגרים:

### « משפחת בסאלד »

פעילויות לקהל הרחב בשיתוף מנהיגות ההורים בבית הספר "סאלד": קבלות שבת, שעות סיפורים, פעילויות ב"חורשת הירח", הפנינגים לכל המשפחה.

### « פעילות חוגים ענפה באולם "הפיס" בביה"ס חורב (כובשי קטמון 15): »

פעילות לגיל הרך, נוער ומבוגרים, 4 פעמים בשבוע (טבלה מפורטת בעמוד הבא)

### « נפגשים בגינה »

פעילות תרבות, העשרה וספורט לכל המשפחה בגנים הציבוריים שבשכונה, בימי הקיץ בשעות אחה"צ (פתוח לקהל הרחב).

### « תאטרון בקהילה (אלנזר המודעי 17): »

בשיתוף הסטודיו למשחק ניסן נתיב



### « פעילות ייחודית בנינות הקהילתיות "ברודי" ו"ברוריה" »

פוחחים דלת לעולם התאטרון: תיאטרון סיפור לילדים כל יום חמישי, חוג משחק לנוער בהדרכת בוגרי הסטודיו

» פעילי השכונה, הצטרפו לעשייה משמעותית לקידום השכונה!

» לפרטים: עודד גברעם - עובד קהילתי oded@ginothair.org.il



ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
<b>שף בכיף</b> 16:30-17:30	<b>חיוזק עם חיבוק</b> 12:30-13:30	<b>כדורגל</b> 13:00-15:00 (בבית הספר יהודה הלוי)	<b>זומבה לילדים</b> 16:30-17:30 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>קוסמות</b> 16:30-18:10
<b>אופרת ילדים קפוארה</b> 16:15-18:30	<b>אילוף כלבים</b> 16:00-17:00	<b>משחקי כדור</b> 16:00-16:45 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>ציור ורישום</b> 16:30-17:45	<b>טיסנאות ותעופה</b> 16:30-18:30
<b>לנו אתגרי יצירה בשתי ידיים</b> 17:00-19:15 16:30-18:45	<b>דלור הוקי</b> 16:15-17:15 (במגרש בית הספר לאומניות)	<b>תיאטרון ילדים</b> 16:30-18:35	<b>כדורגל</b> 15:00-18:00 (בבית הספר יהודה הלוי)	<b>התעמלות קרקע ומכשירים</b> 16:00-19:15
<b>כדורסל בנות</b> 17:00-18:30 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>משחקי חשיבה ושחמט</b> 16:30-17:30	<b>ספורט אתגרי</b> 16:30-19:30	<b>טאקוואנדו</b> 16:30-19:30	<b>בלט</b> 16:30-19:30
<b>טאקוואנדו</b> 16:30-19:30	<b>תנועה, מגע וצליל</b> 16:30-17:10	<b>אנגלית</b> 16:15-19:00	<b>מחול קלאסי</b> 16:15-20:30	<b>ג'ודו</b> 16:15-20:00
<b>מחול קלאסי</b> 16:15-20:30	<b>סבתוש ואני</b> 17:30-18:10	<b>נ'אז/ היפ הופ</b> 17:00-21:15	<b>כדורסל בנים</b> 17:30-19:00 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>תיאטרונוער</b> 18:00-21:00 (בסטודיו למשחק ניסן נתיב)
<b>כדורסל בנים</b> 18:30-20:00 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>התעמלות קרקע ומכשירים</b> 16:00-19:15		<b>אומנות לחימה משולבת</b> 17:30-20:30 (בבית הספר יהודה הלוי)	
<b>אומנות לחימה משולבת</b> 17:30-20:30 (בבית הספר יהודה הלוי)	<b>בלט</b> 16:30-19:30			
	<b>ג'ודו</b> 16:15-20:00			

\*חלוקה לקבוצות גיל - ראה פירוט בעמודים הבאים

## ציור ורישום

**בהדרכת שני גלנט-סלחה** בוגרת הסדנה הירושלמית לרישום וציור ובעלת תואר ראשון בתולדות האמנות באוניברסיטה העברית.

בחוג נלמד את יסודות הרישום והציור, ותנסה בחומרים שונים: עפרונות רישום, פחם, עפרונות צבעוניים וצבעי מים. נכיר תקופות שונות באמנות, נלמד על ציירים מפורסמים. נלמד לרשום ולצייר מהתבוננות בציורים ותצלומים, טבע דומם, ולקראת סוף השנה גם נצא לטבע - חוויה אמיתית!

**יום ד' 16:30-17:45** (כיתות ג'-ו')

**מחיר לחודש: 180 ₪**

בנוסף ייגבה תשלום חד-פעמי בסך 200 ₪ עבור חומרים.

## אנגלית לילדים בשיטת "הלן דורון"

### בהדרכת אילנה פלדמן

שיטה ייחודית הנלמדת ברחבי הארץ והעולם. לימוד חווייתי ומהנה, בקבוצות קטנות, בשילוב משחקים, יצירה ושירים. השיטה מקנה חשיפה לשפה, דיבור, אוצר מילים ומבנים תחביריים בסיסיים. לגילאי 3-8!

**יום ג'**

16:15-17:00 (מתחילים) **מחיר לחודש: 210 ₪**

17:00-17:45 (מתקדמים) **מחיר לחודש: 220 ₪**

18:00-19:00 (מתקדמים) **מחיר לחודש: 230 ₪**

\* בנוסף, ייגבה תשלום חד-פעמי עבור ערכת לימוד שנתית.

## DIY יצירה בשתי ידיים

### בהדרכת טליה תומר

בוגרת בצלאל, מפעילה בית מלאכה לסדנאות בעבודת יד מחומרים זמינים

בחוג נתעסק בחומרים מגוונים: נייר, בד, פלסטיק ועץ, ותנסה בטכניקות שונות של יצירה. בכל עבודה יהיה מימד של מיחזור או 'מיחדש' וניצול של משאבים קיימים ומקיימים. התוצרים ברובם יהיו שימושיים ולעיתים לני. המפגש עם החומרים השונים מזמין את הילדים לחשיבה יצירתית, מודעות לסביבה ועבודה עצמאית בידיים.

**יום א'**

16:30-17:20 (גן חובה-ג')

17:30-18:45 (ד'-ח')

**מחיר לחודש: 210 ₪** (כולל חומרים) \* יחל בחודש נובמבר 2016

## טאקוונדו

**בהדרכת אילת קרני-אלבלום**  
מאמנת טאקוונדו מוסמכת,  
דאן 3 אלופת ישראל לשעבר

אומנות לחימה קוריאנית וספורט אולימפי

**מחיר לחודש: 170 ₪ לפעם בשבוע**  
**240 ₪ לפעמיים בשבוע**  
**לקבוצת הנבחרת: תוספת של 80 ₪**  
**לפעם בשבוע, 100 ₪ לפעמיים בשבוע**

### אמנות לחימה לבנות

**יום א' (פעם בשבוע)**  
16:30-17:15 (א'-ד')

**יום א' (פעם בשבוע)**  
17:15-18:00 (כיתות ב'-ד')  
18:00-18:45 (נבחרת ג'-ד' מתקדמים)

**יום ד' (פעם בשבוע)**  
16:30-17:15 (גן מגיל 4- כיתה א' מתחילים)  
17:15-18:00 (כיתות א'-ב')

**ימי א'א'ד' (פעמיים בשבוע)**  
17:15-18:00 (כיתות ב'-ד')  
18:00-18:45 (כיתות ה'+)  
18:45-19:30 (נבחרת ה'+ מתקדמים)

## ג'ודו

**בהנחיית "מרכז הג'ודו" של יואל ליבסטר**  
בהדרכתו של יוסי זכריה

אומנות לחימה יפנית וספורט אולימפי, המחנכת לערכים של כבוד, סובלנות ומשמעת עצמית.

**יום ב'**  
16:15-17:00 (א'-ב' מתחילים)  
17:00-17:45 (א'-ב' מתקדמים)

**יום ב'א'**  
18:00-19:00 (ג'-ד')  
19:00-20:00 (ה' ומעלה)

**יום ה'**  
16:15-17:00 (טרום חובה)  
17:00-17:45 (גן חובה)

**מחיר לחודש: 180 ₪ לפעם בשבוע, 270 ₪ לפעמיים בשבוע.**  
בנוסף, בחודש נובמבר יבנו 80 ₪ עבור מבחני חגורה, חולצה וחגורה

## קפוארה

**בהדרכת ישראל בר רשי**

אומנות לחימה ברזילאית המשלבת טכניקה, מוסיקה, קצב ותנועה. הקפוארה טומנת בחובה פילוסופיית חיים, ומפתחת נמישות, קואורדינציה, קצב ועוד.

**יום א'**  
16:15-17:00 (טרום חובה-חובה)  
17:00-17:45 (א'-ב')  
17:45-18:30 (ג'-ד')

**מחיר לחודש: 170 ₪ לחודש.**  
בתחילת ההרשמה ייבנה תשלום חד פעמי בסך 350 ₪ עבור ביטד, מבחני חגורה, טקס סוף שנה וחלוקת חגורות.

## מרכז ספורט אתגרי אקטיבי

בהנחיית גל ירדני

בואו לשפר את הכושר, לחזק את הגוף והביטחון העצמי וליהנות עם מגוון רחב של אביזרי ספורט וציוד ייחודי. יחד נטפס על סולמות, קירות טיפוס, נאחו בחבלים, טרפזים, נלך על ספסלים, נעוף באומגה ועוד

» במרכז הספורט האקטיבי אנו מפתחים את היכולות הגופניות של ילדים מהגיל הרך ועד נוער. בואו לשפר את הכושר, לחזק את הגוף והביטחון העצמי וליהנות עם מגוון רחב של אביזרי ספורט וציוד ייחודי. יחד נטפס על סולמות, קירות טיפוס, נאחו בחבלים, טרפזים, נלך על ספסלים, נעוף באומגה ועוד.

### יום ג'

16:30-17:15 - **הורים וילדים** (גילאי 3.5-2.5)  
17:15-18:00 - **ספורט לגיל הרך** (גילאי 4.5)  
18:00-18:45 - **הכנה לכיתה א'** (גילאי 5-6)  
18:45-19:30 - **ספורטאים צעירים** (א'-ג')

**עלות - מחיר לחודש: 175 ₪**



## ג'אז/היפ הופ

### בהנחיית טרפסיכורי

המרכז לג'אז בירושלים,  
בהדרכת מאיה חמד

בואו ללמוד לרקוד לצלילי מוסיקה קצבית וכיפית, מחול בסגנון ג'אז עם דגש על קואורדינציה, גמישות והנאה!

מחירים:

א'-ג': 178 ₪ לחודש  
ד'-ו': 185 ₪ לחודש  
ז'-ט': 185 ₪ לחודש  
תיכון: 195 ₪ לחודש



יום ג'

17:00-17:55 (טרם ג'אז כיתות א'-ג')  
18:00-19:00 (ד'-ו')  
19:00-20:00 (ז'-ט')  
20:00-21:15 (תיכון)

יום ב'

16:00-16:45 (כיתות ב'-ד' מתחילות)  
16:45-17:30 (כיתות א'-ג' מתקדמות)

יום ה'

16:00-16:45 (כיתות א'-ג' מתחילות)  
16:45-17:30 (טרם חובה-חובה, כיתות א', ב')

ימים ב'ה'

17:30-18:15 (נבחרת צעירה כיתות א'-ג')  
18:15-19:15 (נבחרת בוגרת כיתות ד'-ח')

מחיר לחודש: 180 ₪ לפעם בשבוע,  
לנבחרת הצעירה - 250 ₪ לפעמיים בשבוע,  
לנבחרת הבוגרת - 270 ₪ לפעמיים בשבוע



### התעמלות קרקע ומכשירים

בהנחיית "פליק פלק"

פיתוח מרכיבי הכושר השונים.  
לימוד מיומנויות בתחום  
התעמלות הקרקע והמכשירים

## חוגי תינוקות ופעוטות

### בהדרכת גלי מדינה

מדריכה להתפתחות לפי שיטת "צעד ראשון"

### סדנת "היזוק עם היבוק"

סדנאות לליווי הורה ותינוקו/ה מגיל לידה ועד שנה, להתפתחות מוטורית וחושית תקינה.  
יום ב' 12:30-13:30  
מחיר לסדנה בת 4 מפגשים: 200 ₪

### תנועה, מגע וצליל

בואו לשעת חוויה ואיכות עם ילדך בתנועה, מגע וצליל!  
משותף להורה וילד/ה  
יום ב' 16:30-17:10 (גילאי 2-3)  
מחיר לחודש: 170 ₪

### סבתוש ואני

בואו לשעת חוויה ואיכות עם נכדך/תך בתנועה, מגע וצליל!  
משותף לסבא/תא ונכד/ה  
יום ב' 17:30-18:10 (גילאי 2-3)  
מחיר לחודש: 170 ₪



# המרכז ללימודי מחול קלאסי

## «Juliart»

### בהדרכת יוליה בייבייר

בוגרת האקדמיה למחול בירושלים, רקדנית מקצועית לשעבר, מורה וכוראוגרפית

### טרומ בלט

יום ה' 16:30-17:15 (לגילאי 5-7)  
מחיר לחודש: 165 ₪

### בלט קלאסי

יום ב' 17:15-18:00 (לגילאי 7-10)  
יום ה' 17:15-18:00 (לגילאי 10- מתקדמות)  
מחיר לחודש: 165 ₪

### מחול אומנותי

יום ב' 16:30-17:15 (לגילאי 3-5)  
מחיר לחודש: 165 ₪

### בלט מודרני

### קבוצת להקה

יום ב' 18:00-19:30 (לגילאי 11-16)  
מחיר לחודש: 260 ₪ לפעמיים בשבוע

לימוד יסודות הבלט הקלאסי דרך דמיון תנועתי, אימפרוביזציה, משחקי תנועה ואבזורים. בליווי מוסיקלי מהנה, נשפר את הגמישות, הקואורדינציה, יציבות הגוף, חוש הקצב ועוד

בסוף השנה יגבה תשלום נוסף עבור מסיבת סיום בסך 50 ש"ח למשתתף/ת יש להגיע לשיעורים עם נעלי בלט בצבע ורוד, בגד בלט ושיער אסוף

# הסטודיו למחול קלאסי

## מבית היוצר של קונסרבטוריון הסדנה ירושלים

### בהנהלת טטיאנה חלמסקי

תוך הנחלת אהבת המחול, נלמד להכיר את עולם המחול על סגנונותיו השונים, נחזק את היציבות, נפתח את חוש הקצב והדמיון ויכולת הביטוי העצמי באמצעות חוויה רגשית ואסתטית.

### מערכת שבועית ומחירון

גיל	יום	שעות	שכר לימוד לחודש
4-6	א' + ד'	16:15 - 17:00	300 ₪ (פעמיים בשבוע)
	א' / ד'	16:15 - 17:00	180 ₪ (פעם בשבוע)
7-8	א' + ד'	17:00 - 18:00	330 ₪ (פעמיים בשבוע)
9-12	א' + ד'	18:00 - 19:00	330 ₪ (פעמיים בשבוע)
13-18	א' + ד'	19:00 - 20:30	440 ₪ (פעמיים בשבוע)

סוף השנה יגבה תשלום נוסף עבור מסיבת סיום בסך 50 ₪ למשתתף/ת

### מסלול הכנה לבגרות במחול לתלמידות יא' ויב'

המחיריים הינם לחודש כפול 10 חודשי לימוד ובהתאם ללוח החופשות של משרד החינוך

השיעורים מתקיימים ב"בית יהודית" - מינהל קהילתי מרכז תרבות העמים רח' עמק רפאים 12  
טלפון למידע והרשמה: 02-5664144 ימים א'-ה' 8:30-19:00



## אילוף כלבים

**בהדרכת ביה"ם "כולדוג" לכלבנות מתקדמת, בניהול עופר ביטון**

חוג טיפולי חוויתי, אין צורך בידע קודם ובוודאי שלא בכלב בבית...

**יום ב'**  
16:00-17:00 (כיתות א'-ו')  
**מחיר לחדש: 195 ₪**

## בישול, אפיה ויצירה מתוקה

**בהנחיית עמית יחיאלי**

חוג צבעוני ומהנה, בו נלמד להכין סוגי מאכלים שונים, ובאמצעותם נתנסה בחומרים, ריחות, צבעים וטעמים מגוונים

**יום א'**  
16:30-17:30 (לגילאי 6-9)

**מחיר לחדש: 190 ₪ כולל חומרים**  
בנוסף יגבה תשלום חד פעמי בסך 100 ₪ עבור ערכה שנתית

## קוסמות

**בהנחיית בית הספר לקוסמים של יוני לחמי**

בואו ללמוד את סודות הקוסמים שתמיד רציתם לדעת! קסמי קלפים, טלפתיה, הפיכת נייר לשטר, כיפוף כפיות, העלמת חפצים, ריחוף באוויר ועוד.

**יום ה'**  
16:30-17:20 (כיתות א'-ב')  
17:20-18:10 (כיתות ג'-ו')

**מחיר לחדש: 180 ₪**  
\*בנוסף, יגבה תשלום חד-פעמי בסך 280 ₪ עבור ערכה שנתית.

## משהקי השיבה ושהמט

**בהדרכת אבי כהן**

לימוד משהקי לוח ואסטרטגיה, בעיות חיתוך והרכבה ולימוד עקרונות ווריאציות שונות של שחמט. במסגרת החוג נשפר היכרון ויכולת הריכוז, חוויה לצד אתגרי חשיבה, בניית משהקים ותחרויות.

**יום ב'**  
16:30-17:30 (כיתות א'-ו')

**מחיר לחדש: 160 ₪**  
יגבה תשלום חד פעמי בסך 100 ₪, לערכת ציוד שנתית

## לגו אתגרי

**בהדרכת "מהנדסים צעירים"**

דרך סיפורת, ביצוע ניסויים ובניית דגם לגו ממונע נלמד את יסודות הפיזיקה. נבנה רובוטים, בלנדריים, רכבים שונים, מכונת כביסה, מעלית ושאר מכונות מורכבות ומאתגרות

**יום א'**  
17:00-18:00 (לגו אתגרי: א'-ה')  
18:00-19:15 ("גלילגו טכני" - לבוגרי לגו אתגרי ולתלמידי ד'-ו' בהחלטת המדריך)

**מחיר 185 ₪ לחדש**  
בנוסף יגבה תשלום חד פעמי בסך 50 ₪ עבור חומרים



## טיסנאות ותעופה

**בהדרכת "שמייים"**

הענקת ידע בתחומי התעופה, לימוד טכניקות חדשות לתכנון ובניית דגמים שונים

**יום ה'**  
16:30-17:30 (א'-ד' מתחילים)  
17:30-18:30 (ה'-ו' מתקדמים)

**מחיר לחדש: 170 ₪**  
בנוסף יגבה תשלום חד פעמי עבור חומרים: 270 ₪ לקבוצת המתחילים, 380 ₪ לקבוצת המתקדמים



## תיאטרונוער הסטודיו למשחק של הטיבות הביניים בירושלים

**בהדרכת ניב פרץ**  
בוגר ניסן נתיב,  
בעל BA בתיאטרון וביומי



סטודיו למשחק ניסן נתיב  
NISSAN NATIV ACTING STUDIO  
סטודיו التمثيل نيسان نتيب

**יום ה'**  
18:00-21:00  
מחיר לשנה: 3,800 ₪

יתקיים בסטודיו למשחק ניסן נתיב, בית אלישבע  
(רח' חזקיהו המלך, פינת אלעזר המדעי).

סטודיו למשחק ניסן נתיב והמינהל הקהילתי  
'גינות העיר' גאים לפתוח את שנתו השנייה של  
תיאטרונוער! תכנית הסדנה תכלול עבודה על  
דמויות, אימפרוביזציה, שפת גוף, ליצנות  
ומחזות. במהלך השנה נעבוד על הצגה ובסוף  
השנה נציג את ההצגה מול קהל.

## זומבה לילדים

בואו להתנסות בריקוד  
מהנה ומקפיץ!

**יום ד'**  
16:30-17:30 (כיתות א'-ו')

מחיר לחודש: 160 ₪

## שלוחת קטמון הישנה בית ספר חורב - כובשי קטמון 15



## אופרת ילדים

**בהדרכת ולריה פוביני**  
זמרת אופרה מצליחה  
מאיטליה ומורה לפיתוח קול

נעבוד על פיתוח קול, בסיס של נשימה  
ודיקציה, נקטיב ליצירות קלאסיות  
ופופולריות על מנת לפתח שמיעה מוזיקלית  
והבנת טקסטים. נלמד לשיר יחד במקהלה,  
על-פי סוג הקולות עם הרבה שמחה והנאה!

**יום א'**  
16:30-17:30 (לנילאי 6-12)  
מחיר לחודש: 180 ₪



## תיאטרון לילדים

**בהדרכת מיכל מסיקה**  
רקדנית, שחקנית וליצנית רפואית

עושים הופעות במקלחת? אוהבים להציג  
להורים בשבתות? מקומכם איתנו בחוג תיאטרון  
לילדים! בואו ללמוד תיאטרון, פנטומימה  
ואפילו ליצנות!

**יום ג'**  
16:30-17:20 (כיתות א'-ב')  
17:20-18:35 (כיתות ג'-ו')

מחיר לחודש: 180 ₪

## משחקי כדור

בהדרכת מדריכי אליצור י-ם

בואו להתנסות  
במשחקי כדור  
למיניהם!

**יום ג'** 16:00-16:45  
(כיתות א'-ג')  
מחיר לחודש: 150 ₪

## כדורסל

בהדרכת מדריכי אליצור י-ם

היכרות חוויתית עם עולם הכדורסל

## כדורסל בנים כדורסל בנות

**יום א'**  
18:30-20:00  
**יום ד'**  
17:30-19:00 (כיתות ז'-ח')

מחיר לחודש: 220 ש"ח  
לפעמיים בשבוע

**יום א'**  
17:00-18:30  
(כיתות ו'-ח')

מחיר לחודש: 170 ש"ח

## » חוגים בבית ספר יהודה הלוי רח' הצפירה 29

הכדורגל משמש אמצעי נהדר לחינוך והקניית ערכים כמו התחשבות בחברים, כבוד הדדי ולקחת אחריות אישית וקבוצתית. כל זה יעשה בשילוב לימוד יסודות הכדורגל והבנת המשחק, פיתוח שליטה בכדור, כושר גופני, זריזות, ביטחון עצמי וקואורדינציה

**מחיר לחודש: 155 ₪**  
בנוסף ייגבה תשלום חד פעמי בסך 80 ₪ עבור חליפה

### כדורגל

**בהדרכת אביחי בן זכאי**  
מדריך כדורגל מוסמך, בוגר וינגייט, בעל ניסיון רב ואהבה לחינוך גופני ולתחום

יום ג'	יום ד'
13:00 - 14:00	15:00 - 16:00
(א'-ב' לילדי בית הספר בלבד)	(ה'-ו' לילדי בית הספר בלבד)
14:00 - 15:00	16:00 - 17:00
(ג'-ד' לילדי בית הספר בלבד)	(ג' - א' פתוח לכולם)
	17:00 - 18:00
	(ב' ומעלה - פתוח לכולם)

## מרכז עצמה לאומנויות להימה

### הוג לאומנויות להימה ותנועה

פעם בשבוע ימי ב' או ה'  
16:30-17:15 (גיל 4-5)

### גיט קון דו (ברוס לי)

פעמיים בשבוע ימי ב' + ה'  
17:15-18:00 (א'-ג')  
18:00-19:00 (ד'-ו')

### בהדרכת בועז בר

דאן 6, מאמן טיפולי ובעל 28 שנות ניסיון בהדרכת ילדים

נותנים משמעות ומעצימים את הילדים, אומנות להימה - אומנות לחיים

**מחיר לחודש:**  
גילאי 4-5 - 195 ש"ח  
א'-ג' - 250 ש"ח  
ד'-ו' - 260 ש"ח



## מגרש בית הספר תיכון לאומנויות יצחק אלחנן 4

### רולר הוקי

עם "האקדמיה הירושלמית למקצועות החלקה"

ספורט אקסטרים מהנה וייחודי הזוכה להצלחה רבה בקרב ילדים ונוער. לימוד יסודות ההחלקה ומשחק ההוקי, פיתוח יכולות אישיות וקבוצתיות. בשילוב משחקי ידידות בין מועדונים

**יום ב'**  
16:15-17:15 (א'-ו') **מחיר לחודש: 210 ₪**

- השתתפות בתחרויות הינה בתוספת תשלום
- יש להגיע לשיעורים עם ציוד מתאים
- בימי גשם, מתקיים פעילות עיונית בבית יהודית/אחר



### אומנות להימה משולבת (MMA)

**בהדרכת יורם קליגמן**  
מאמן מוסמך ובעל וותק של למעלה מ-20 שנים, חגורה שחורה, דאן 4

MMA, ג'וגיטסו ברזילאי וקיק בוקס

**יום א'**  
17:30-18:45 (צעירים, גילאי 8-13)  
19:00-20:30 (בוגרים)

**יום ד'**  
17:30-18:45 (צעירים, גילאי 8-13)  
19:00-20:30 (בוגרים)

**מחיר לחודש:**  
צעירים: 250 ₪ לפעמיים בשבוע  
בוגרים: 270 ₪ לפעמיים בשבוע

בחודש נובמבר יגבו 70 ₪ עבור מבחני חגורה, חולצה וחגורה



## הליכה נורדית

**בהדרכת אפרים פוקס**  
מאמן מוסמך להליכה נורדית

בואו להתנסות בהליכה נורדית בעזרת שני מקלות הליכה מיוחדים. ההליכה עובדת על סיבולת לב-ריאה, משחררת כאבים ומשפרת קואורדינציה.

**יום ב'** 7:30-8:30  
**יום ה'** 7:30-8:30

**מחיר לחודש: 80 ש"ח לפעם בשבוע**  
(ניתן גם להירשם כחוג דרך אל-גיל)



## קבוצת ריצה לנשים

בהנחיית מאמנת ריצה מיומנת

**יום ג'** 19:00-20:00  
**יום ו'** 07:30-08:30  
**מיקום - גן סאקר**

**מחיר לחודש: 100 ש"ח פעם בשבוע**  
**180 ש"ח פעמיים בשבוע**  
בשיתוף אגף הספורט, עיריית ירושלים

## רצות "גינות העיר"

**רוצה לרוץ במרתון הבא?  
הצטרפי לקבוצת נשים לזמן  
המשלב איכות, בריאות וכישר!**

\* מותאם לרמות כושר שונות, בכל גיל וללא לצורך ברקע קודם.  
\* ייתכנו שינויים בלוח האימונים, ניתן להתעדכן במזכירות המרכז.

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
<b>טאי צ'י לנשים</b> 8:00-9:00 (כחצר מוזיאון הטבע בימי נגש- בבית יהודית)	<b>הליכה נורדית</b> 7:30-8:30	<b>מועדון "נשים במושבה"</b> 8:30-10:30	<b>מועדון "נשים במושבה"</b> 8:15-10:30	<b>הליכה נורדית</b> 7:30-8:30	<b>קבוצת ריצה</b> 7:30-8:30 (בגן סאקר)
<b>צ'י קונג לנשים</b> 9:15-10:30 (כחצר מוזיאון הטבע בימי נגש- בבית יהודית)	<b>מועדון "נשים במושבה"</b> 8:30-10:30	<b>בידורסה</b> 18:00-19:30	<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 8:30-10:00	<b>צ'י קונג לנשים</b> 8:00-9:00 (במתחם התחנה הראשונה)	<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 8:30-10:00
<b>מועדון "נשים במושבה"</b> 8:00-10:00	<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 18:30-20:00	<b>קבוצת ריצה</b> 19:00-20:00 (בגן סאקר)	<b>ריקודי עמים ומקצבי כל הזמנים</b> 9:30-13:30	<b>מועדון "נשים במושבה"</b> 8:30-10:30	<b>מועדון "נשים במושבה"</b> 8:30-11:00
<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 8:30-10:00	<b>זומבה</b> 20:30-21:30	<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 19:30-21:00	<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 18:30-20:00	<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 8:30-10:00	<b>ניה</b> 9:00-10:00
<b>רישום פיזיותרפי</b> 17:00-20:00	<b>חזית נא/היפ הופ לנשים</b> 20:00-21:15	<b>חזית נא/היפ הופ לנשים</b> 20:00-21:15	<b>טאי צ'י גברים</b> 20:00-21:30	<b>קפוארה</b> 20:30-22:00	<b>בידורסה</b> 10:30-11:30
<b>מועדון "יונה במושבה"</b> 18:45-20:15	<b>ג'ודו</b> 20:00-21:30	<b>ג'ודו</b> 20:00-21:30	<b>ריקודי בטן</b> 20:30-21:30		
<b>אומנות לחימה משולבת</b> 19:00-20:30 (בבית"ס יהודה הלוי)	<b>פילאטיס מזון</b> 20:00-21:00 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>פילאטיס מזון</b> 20:00-21:00 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>אומנות לחימה משולבת</b> 19:00-20:30 (בבית"ס יהודה הלוי)		
<b>לימודי ימימה לנשים</b> 20:00-21:30	<b>כדורסל נשים</b> 21:00-22:30 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>כדורסל נשים</b> 21:00-22:30 (בשלוחת קטמון הישנה)	<b>ריקודים סלוני, לטינים ושנות ה-60</b> 20:00-23:00		
<b>ניה</b> 20:00-21:00 (בשלוחת קטמון הישנה)			<b>ריקודי עם ישראליים לנשים</b> 19:00-23:00 (בשלוחת קטמון הישנה)		
<b>פילאטיס מזון</b> 21:00-22:00 (בשלוחת קטמון הישנה)					
<b>ג'ודו</b> 20:30-22:00					
<b>קפוארה</b> 20:30-22:00					
<b>טאי צ'י גברים</b> 20:00-21:30					

## » קורסים וסדנאות

בבית יהודית פועלים קורסים וסדנאות איכותיות לקהל הרחב:

**כתיבה יוצרת, NLP, פרוי, באך, העצמה נשית, רוקחות ועוד...**

הקורסים נפתחים על בסיס רשימת משתתפים. פרטים נוספים במזכירות המנהל.

## מועדון "נשים במושבה"

עם מיטב המדריכות בעיר!

שיעורי התעמלות ועיצוב הגוף - הדרך המושלמת לחיזוק ועיצוב שרירי הגוף תוך שימת דגש על יציבה, נמישות, נשימה נכונה וכושר

**מחיר לחודש: 200 ש"ח**  
מקנה כניסה חופשית לכל השיעורים

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
8:00 עיצוב פילאטיס ילנה מינקובסקי	8:30 התעמלות אחרת פונס-לבנון	08:30 פלדנקרייז ריזה יונגרייז	8:15 עיצוב הגוף ופילאטיס ילנה מינקובסקי	8:30 מתיחות וחיזוק הגוף (פילאטיס) ליסה מטה - אריה	08:30 פלדנקרייז ריזה יונגרייז
9:00 עיצוב הגוף ילנה מינקובסקי	9:30 התעמלות אחרת פונס-לבנון	09:30 פלדנקרייז דינאמי הילה קופרשטוק	9:30 "באז" - תוכנית לבניית עצם סנדי קסלר	9:30 התעמלות אחרת איילת פונס-לבנון	10:00 התעמלות אחרת פונס-לבנון

• יתכנו שינויים בלוח השיעורים, טבלת שיעורים מעודכנת במזכירות המרכז  
• המניו מאפשר כניסה לשיעור אחד ביום. • משך שיעור: 55 דקות. שיעורי פלדנקרייז ו"באז" 45 דק'

שיטת אימון גופני המבוססת על מכשירים ייחודיים, לבניית גוף חזק וגמיש, עמוד שדרה יציב ובריא וחיוטוב כל קבוצות השרירים. מתאים לכל גיל ורמה

**מחיר כרטיסיות:**  
10 שיעורים - 800 ₪  
20 שיעורים - 1,500 ₪  
30 שיעורים - 2,100 ₪

www.studiojoseph.co.il | 054-6626151  
הצטרפו אלינו בפייסבוק: ג'וזף- סטודיו לפילאטיס

## פילאטיס מכשירים

ג'וזף- סטודיו לפילאטיס  
קלאסי עם ותק של 13 שנים

### EARN YOUR BODY

סטודיו ייחודי ואיכותי, הדרכה צמודה ומקצועית, עד 5 מתאמנים בשיעור, אווירה חמה ותומכת.



## מועדון "נפלאות" צ"י קונג לנשים

בהדרכת אילה גרייצר תלמידתו של מאסטר פונג-הא, מוסמכת להוראת צ"י קונג וטאי צ'י, בעלת ותק מעל 20 שנה

דרך אופטימית לבריאות ולאיכות חיים מיטבית.

ראשון	חמישי
08:00-09:00 נאי צ"י *בחצר מוזיאון הטבע בימי גשם- בבית יהודית	08:00-09:00 נאי צ"י *במתחם התחנה הראשונה השתתפות ללא תשלום לנרשמות החוג
09:15-10:30 צ"י קונג ומדיטציה *בחצר מוזיאון הטבע בימי גשם- בבית יהודית	

**מחיר לחודש: 220 ₪** מקנה כניסה חופשית לכל השיעורים

מטרת הצ"י קונג היא ריפוי גוף ונפש, באמצעות תנועות רכות, נשימה ומדיטציה. התרגול מפתח יציבה, נמישות ונשימה, יוצר איזון רגשי ומגביר את רמת האנרגיה בגוף

## מועדון "יוגה במושבה"

בהדרכת מיטב מורי היוגה!

שיעורי יוגה מעניקים שמחה ואושר באמצעות פעילות גופנית מחזקת ומבריאה. טעימה מן החוויה המדיטטיבית, הקלת מתיחות נפשית וגופנית והעשרה פילוסופית מן המחשבה וההגות היוגית

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
08:30-10:00			08:30-10:00		08:30-10:00
18:45-20:15	18:30-20:00	19:30-21:00	18:30-20:00		18:30-20:00

**מחיר מניי חודשי: 300 ש"ח**  
מקנה כניסה חופשית לכל השיעורים

**מחיר מניי חד- שבועי: 200 ש"ח**  
מקנה כניסה לשיעור בשבוע

• יתכנו שינויים קלים בלוח השיעורים, טבלת שיעורים מעודכנת במזכירות המרכז



## ג'ודו

### בהדרכת יוסי זכריה

אומנות לחימה יפנית וספורט אולימפי, המחנכת לערכים של כבוד, סובלנות ומשמעת עצמית.

**יום א'** 20:30-22:00  
**יום ג'** 20:00-21:30  
**מחיר לחודש: 280 ₪**  
**לפעמיים בשבוע**

## קפוארה

### בהדרכת ז'אן קלוד דנון מורה ברזילאי מוסמך, בוגר וינג'יט', בעל ניסיון רב עם ילדים ומבוגרים

אומנות לחימה ברזילאית בשילוב מוסיקה, ריקוד ותרבות

**ימים א'-ה'** 20:30-22:00  
**מחיר לחודש: 200 ₪**  
**לפעם בשבוע**

**280 ₪ לפעמיים בשבוע**

בנוסף, יבנה תשלום חד פעמי בסך 350 ₪ עבור ביגוד, טקס סוף שנה וחלוקת חגורות

## אומנות להימה משולבת MMA

### בהדרכת יורם קליגמן מאמן מוסמך ובעל ותק של למעלה מ-20 שנים, חגורה שחורה, דאן 4

MMA, ג'וגיטסו ברזילאי וקיק בוקס

**ימים א'-ד'** 19:00-20:30  
 האימונים יתקיימו באולם ביה"ס יהודה הלוי- רח' הצפירה 29

**מחיר לחודש: 270 ₪ לפעמיים בשבוע**



## המרכז הישראלי לטאי צ'י לגברים

ביה"ס הגדול והוותיק בישראל ללימוד אמנויות לחימה רכות ופנימיות



אמנויות הלחימה הרכות והפנימיות מבוססות על עקרונות הרפואה הסינית המסורתית המתייחסת לאדם כמכלול שלם של מערכות הפועלות בהרמוניה. התרגול מאזן את הגוף, מפעילו באופן רגוע ושליו, ללא מאמץ או שימוש בכוח, מפתח יציבה, זריזות, חוסן פנימי וקואורדינציה, תורם לפיתוח הריכוז, מודעות והתבוננות הפנימית

רביעי	ראשון
20:00-21:30	20:00-21:30
ד"ר ראובן זריצקי	אביטל גואל

**מחיר לחודש: 250 ₪ לפעמיים בשבוע**  
 בנוסף, יבנה תשלום חד פעמי בסך 170 ₪ עבור ביגוד וכרטיס חבר במרכז הישראלי לטאי צ'י



## ניה

זמן איכות שלך עם עצמך ועם גופך. לפיתוח הכושר ולחיטוב וגמישות הגוף, באמצעות ריקוד ומוסיקה. מתאים לכל גיל ורמת כושר (לנשים בלבד)

**יום א'** 20:00-21:00 (בבית ספר חורב, כובשי קטמון 15)  
**יום ו'** 9:00-10:00 (בבית יהודית)

**מחיר לחודש:** 180 ₪ לפעם בשבוע, 280 לפעמיים בשבוע  
**כרטיסייה:** 250 ₪\* (עבור 5 כניסות)

## ריקודי בטן

**בהדרכת גלית שמואל**  
רקדנית בטן ומורה מוסמכת למחול מזרחי מטעם מכללת לוינסקי

בחוג נלמדים רזי המחול המזרחי לצלילי מוסיקה מרגשים, קצביים וסוחפים. נתחבר לגוף שלנו, נכיר אותו מחדש בצורה חווייתית ומהנה, ונעשה שימוש באבזרי ריקודי-בטן: מקל, צעיף ועוד

**יום ד'** 20:30-21:30  
**מחיר לחודש:** 160 ₪

## בוקר- ריקודי עמים ומקצבי כל הזמנים

**יום ד'** 9:30-11:00 מתחילים  
11:00-12:00 בינוניים  
12:00-13:30 מתקדמים

(כניסה חד פעמית: 30 ₪)  
כרטיסיה עבור 10 כניסות: 270 ₪

## ערב- ריקודים סלונים, לטינים ושנות ה-60

**יום ד'** 20:00-21:30 מתחילים  
21:30-23:00 מתקדמים

(כניסה חד פעמית: 35 ₪)  
כרטיסיה עבור 10 כניסות: 300 ₪

## ריקודי עם

**בהדרכת מוטי קוצר**

## לגמלאים הצעירים ברוחם

## ביודנסה

**בהדרכת ג'יני לזין**

שיטת תנועה וריקוד שפותחה בשנות ה-60 ע"י הפסיכולוג אנתרופולוג רונלד טורו. ביודנסה מאחדת מחשבה, רגש ואינטראקציה קבוצתית, מועררת חיוניות, הנאה ושמחת חיים. (לנשים ולגברים)

**יום ג'** 18:00-19:30 (מתקדמות)  
**יום ו'** 10:30-11:30 (מתחילות)

**מחיר לחודש:** 200 ₪ לפעם בשבוע

## הווית ג'אז/ היפ הופ לנשים

**בהנחיית טרפסיכורי בהדרכת מאיה חמד**

בואו ללמוד לנוע לצלילי מוסיקה קבצית וכיפית, מחול בסגנון ג'אז עם דגש על קואורדינציה, גמישות והנאה.

**יום ג'** 20:00-21:15  
**מחיר לחודש:** 195 ₪

## זומבה

**בהדרכת מאיה חמד**

איחון אירובי לטיני, באמצעות ריקוד ומוסיקה סוחפת, אווירה אנרגטית ומקפיצה. אין צורך בניסיון קודם

**יום ב'** 20:30-21:30  
**מחיר לחודש:** 160 ₪  
**כרטיסיה - 270 ₪** (עבור 6 כניסות)

## רישום פיגורטיבי

**בהנחיית ג'פרי אלון**  
בוגר סטודיו לאומנות עכשווית בפילדלפיה

מטרת הקורס היא פיתוח יכולתם של המשתתפים בתפיסת קצביות הפוחז והבנייה של מודל העירוס. התרגול יתבצע בפחם ושמן בפוחז שבין דקה לשעה. בקורס נלמד להבין את המחווה של גוף המודל ואת צורתו באמצעות התבוננות ביחסים האנטומיים ודייקן הפרפורציות שבין איברי הגוף

**ימי א'** 17:00-20:00 קורס בן 32 מפגשים  
**מחיר: 105 ₪ למפגש**

## לימודי ימימה

**חשיבה הכרתית עמ'י ימימה (לנשים)**

**בהנחיית מיריי גבעון**

מבקשת להרגיש שמחה יותר? רגועה יותר? לראות דברים בהירות? מחמנת להצטרף לקבוצת נשים ולחות לימוד מעצים ומחזק ולקבלת "ארגו כלים" להתמודדות עם מצבי היומיום, להתפתחות אישית ולפיתוח תקשורת בין אישית נכונה ובונה

**יום א'** 20:00-21:30, סדנא בת 12 מפגשים  
**מחיר לחודש:** 250 ₪

# שלוחת קטמון הישנה

בית ספר חורב - כובשי קטמון 15

## פעילות הוגים תשע"ז (2016-2017)

סטודיו למשחק ניסן נתיב, אלעזר המודעי 17	אולם ב"ס חורב כובשי קטמון 15		
חמישי	רביעי	שלישי	ראשון
<b>שעת סיפור</b> נובמבר-מרץ 16:30-17:10	<b>זומבה לילדים</b> 16:30-17:30		
		<b>משחקי כדור א'-ג'</b> 16:00-16:45	<b>כדורסל בנות</b> 17:00-18:30
	<b>כדורסל בנים</b> 17:30-19:00		<b>כדורסל בנים</b> 18:30-20:00
		<b>פילאטיס חזן</b> 20:00-21:00	<b>ניה</b> 20:00-21:00
	<b>ריקודי עם לנשים</b> 19:00-23:00	<b>כדורסל נשים</b> 21:00-22:30	<b>פילאטיס חזן</b> 21:00-22:00



### כדורסל נשים

### ניה

בהדרכת שירליגה

לנשים שמעוניינות לחזור ואף להתחיל לשחק כדורסל. בואו להיכנס לכושר דרך משחק הכדורסל, המהנה והמאתגר.

**יום ג'** 21:00-22:30

מחיר לחודש: 200 ₪

זמן איכות שלך עם עצמך ועם גופך. לפיתוח הכושר ולחיטוב וגמישות הגוף, באמצעות ריקוד ומוסיקה. מתאים לכל גיל ורמת כושר (לנשים בלבד)

**יום א'** 20:00-21:00

מחיר לחודש: 180 ₪  
לפעם בשבוע

### פילאטיס חזן

בהדרכת נעה לי

בואו להתנסות בתרגול הקלאסי בפילאטיס חזן, המתבצע עם הכלי החשוב ביותר, גופו של המתרגל.

**יום א'** 21:00-22:00 (נשים בלבד)  
**יום ג'** 20:00-21:00 (פתוח לכולם)

מחיר לחודש: 220 ₪

כרטיסייה (10 אימותים): 320 ₪

### ריקודי עם ישראליות לנשים

בהדרכת נורית מלמד  
'דרך הריקוד'

בואי לחגוג את שמחת הנשיות, במוסיקה ארץ-ישראלית ובמנון סגנונות - מעגלים, שורות חוגות!

**יום ד'**

19:00-20:30 מתחילות  
20:30-23:00 בינוניות ומתקדמות

מחיר כניסה חד פעמית- 30 ₪, מחיר כרטיסייה- 270 ₪ (10 כניסות)

# יום הולדת יש רק פעם בשנה

אתם מוזמנים לחגוג את יום ההולדת הבא של ילדכם אצלנו בגינות העיר

נעזור לכם להפיק חגיגת יום הולדת עם מבחר הפעלות מהנות ומתנפחים, באווירה חמה ביתית ונעימה, ובמחיר אטרקטיבי. יחד נבחר את ההפעלה המתאימה לילדכם ונדאג לכל הפרטים שיעשו את החגיגה לאירוע שמח, מוצלח ומהנה.

## יום הולדת סיפור בתנועה

אחיזנועם צאושו - "תנועמיוזיק"  
הפעלת בהשראת סיפורי ילדים בשילוב פעילויות תנועה, משחק ומוזיקה עם תפאורה צבעונית ובשלל סגנונות

## יום הולדת אקטיבי

גל ירדני ומדריכי מרכז "אקטיבי"  
פעילויות ספורט אתגרות - אומנות, קירות טיפוס, תבלי טיפוס וטרמפולינות, בהן יתחרו הילדים תוך שיתוף פעולה במשימות השונות

## יום הולדת ב"כד וחומר"

סטודיו "כד וחומר" בחצר בית יהודית  
חגיגה של צבע, יצירה ודמיון בצביעת כלי קרמיקה לבחירתכם

## יום הולדת מתוק

עמית יחיאלי - "עמית"  
ילדים וקצת פפריקה"  
חובשים את כובעי השף, לובשים את הסיורים, ויחד מכינים קינוח מתוק-בתיאבון!

ימי ההולדת מיועדים לילדים מגיל 3 ומעלה ★ בימי הקיץ ניתן לקיים את הפעילות בחוץ  
את ימי ההולדת ניתן לערוך בימים שלישי ורביעי בשעות 17:00-19:00 או בימי שישי החל מ-12:00 בצהריים

יש לכם רעיון לימוולדת שלא חשבנו עליו ותרצו שנעזור לכם להגשים אותו? אתם מוזמנים לשכור את האולם בבית יהודית בנפרד ולהכין את החגיגה בעצמכם.

לפרטים והזמנות: מינהל קהילתי גינות העיר  
הג'מק רפאים 12, 02-5458112 (עדי) hugim@ginothair.org.il



## משפחות צעירות ב"גינות העיר"

### גני ילדים

בתוך המנהל, בחצר גן שכטר, שוכנים 2 גנים מקסימים. בכל גן עד 20 ילדים, צוות מטפלות מיומנות ומסורות, המקפידות על יחס חם ואישי לכל ילדה וילד.  
גן תות - גן דובר עברית לגילאי 3-1.7  
גן אופק - גן דובר אנגלית לגילאי 3.5-2.5

### צהרונים

צהרוננו "גינות העיר" מופעלים במסגרת תוכנית ציל"ה (צהרי יום להעשרה) של עיריית ירושלים ופועלים בגני העירייה השונים במרחב. פירוט הגנים בהם מופעלים צהרונים מופיע באזור המינהל

מינהל קהילתי גינות העיר רואה חשיבות רבה בכך שכונות המינהל יהיו מקום חמין למשפחות. בין תושבי שכונות גינות העיר ישנם משפחות צעירות רבות שמחפשות פעילויות ומסגרות איכותיות המתאימות להן.

במטרה לספק מענה איכותי, מגוון ואטרקטיבי לאוכלוסייה זאת יוזם המינהל פרויקטים חינוכיים, חברתיים וקהילתיים לצד טיפוח וקידום יוזמות תושבים.

למידע ופרטים - נטלי פקהולץ, מנהלת בית יהודית:  
natali@ginothair.org.il

## פעילות למשפחות במרחב

- משפחות בסאלד - הורים מנהיגים פעילויות למשפחות צעירות
- פעילויות בגינות הציבוריות • גינות קהילתיות
- סדנאות להורים וילדים • חוגים בבתי הספר
- חינוך ביתי • הצגות לכל המשפחה

# שימור ופיתוח מרחב אורבני

מינהל קהילתי גינות העיר מכיל בתוכו שכונות היסטוריות בעלות אופי ייחודי. עיר איננה סטטית ותמיד נמצאת בתהליכי שינוי ופיתוח. מתוך רצון שפיתוח המרחב הציבורי יכיל ויטמיע גם את צרכי הקהילה מבלי לפגוע באופיים הייחודי של אותם שכונות, ואופי החיים הקהילתי הנרקם בהן, מינהל קהילתי גינות העיר שם לעצמו מטרה שתהליכי ההתחדשות העירונית ושיפור פני המרחב יתקיימו בידיעתם ושיתוף ציבור המדיירים ביותר. המינהל מרכז שיח על עקרונות של שימור מול פיתוח, מבנים קהילתיים, מרחבים ציבוריים פתוחים, עומסי תחבורה, הסדרי תנועה, בעיות חניה ועוד. בנוסף המינהל הקהילתי מסייע למערכת העירונית להציג את תוכניתיה בפני התושבים ומעלה את עמדת הציבור למערכת העירונית דרך הגורמים הרלוונטיים. את כלל הפעילות בתחום מלווה הפורום האורבני, פורום של פעילים, מתנדבים שיחידיו מנבשים את הסוגיות התכנוניות העומדות על הפרק, ומתווכים יחד עם המתכנן האורבני בין הקהילה לרשויות. יושב ראש הפורום הוא אבנר הרמתי, חבר הנהלת המינהל.



בנושאי בנייה ופיתוח בעלי אופי קהילתי ניתן לפנות לאדריכל איציק עדס  
ltzik@ginohair.org.il

באתר המינהל - ginohair.org.il ניתן למצוא תוזמרים מפורטים על:

« תוכנית אב לרסקו קריית שמואל » « משכנות טאטרון (פיתוח חורשת הירח ובנייה ליד טאטרון ירושלים) »  
« תוכנית אב לחושבת »

## הקריה החינוכית

מוסדות החינוך של הקריה החינוכית מהווים נדבך משמעותי בלבן של שכונת "גינת העיר". מעל 3500 תלמידים (גן-יב) ו-5000 אנשי ונשות חינוך, מגיעים מדי יום מכל קצוות העיר ומחוצה לה, ללמוד וללמד במגוון בתי הספר ומוסדות החינוך הייחודיים והאיכותיים הממוקמים בשכונת אלו. זו זכות ואתגר להיות מרחב מגורים המכיל בתוכו עשר של מוסדות חינוך פורמליים והתנדבותיים. לפיכך הקמנו את "פורום הקריה החינוכית" הכולל בתוכו את כלל נציגי מוסדות החינוך - הנהלה וועדי הורים, נציגי תנועות הנוער והקהילה. הפורום יחם ופועל בשיתוף פעולה על מנת לאגם ולמקסם את היתרונות של קריה זו ולהתמודד עם המשמעות של ריכוז נוחות חינוכית גדולה בלב שכונת מגורים. הפורום נפגש באופן קבוע לאורך שנת הלימודים על מנת להכיר מפעלים קהילתיים ייחודיים ולהפגש עם אנשי ונשות קהילה, בכירי העירייה ותורמים פוטנציאליים. הפורום יום וביצע שני אירועים שנתיים: "יריד אביב" לקראת פסח במתחם הנסן וכן אירוע המקרה בסוף שנת הלימודים המשותף לכלל אנשי החינוך בבתי הספר במרחב.

להצטרפות ושיתוף פעולה פנו אל חברת הנהלת המינהל, עדית רובין, שייסדה ומרכזת את הפורום. voterubinidit@gmail.com

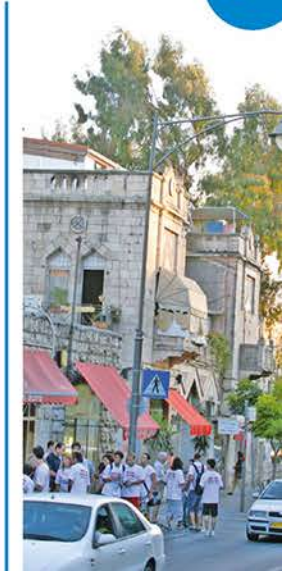
## קהילות גינות העיר

ביטוי קולן של הקהילות בשכונות גינות העיר הוא ליבת העשייה של המינהל הקהילתי. אנו פועלים רבות בכדי לתת ביטוי למגוון הקולות, היחמות והצרכים של כלל התושבים. החל משנת הקמת המינהל (2001) ולאורך שנות פעילותנו, פיתחנו תרבות של שיח ומעורבות תושבים באמצעות פורמים קהילתיים הפועלים במגוון תחומים.

כאן תוכלו למצוא מידע על גינת קהילתית, אקטיביזם נוער, בנק הזמן, אירועים קהילתיים לאורך השנה, מיום קומפוסט קהילתי, מוקד קליטה לעולים, פורומים קבועים, תכניות ופעילויות רבות. אנו מאמינים כי מעורבות תושבים בחיי הקהילה היא גורם מכריע בקביעת איכות החיים בשכונותינו ואנו מזמינים את כלל התושבים לקחת חלק בפעילות המינהל.

צרו קשר:

נרת כהנא, סגנית מנהל המינהל, מנהלת תוזום קהילה kineret@ginohair.org.il  
עודד גברעם, עובד קהילתי Oded@ginohair.org.il





## פורום גוונים



מדליקות, קוראות מגילה ואירועים נוספים כגון: שרות ירושלים, מתגיררות, ערבי לימוד ושית, הבדלה בין יום הזיכרון ליום העצמאות, תיקון ליל שבועות, אירוע לציון ט' באב, אירועי "בין כסה לעשור", שבתרות, פרויקט "אדם-אדמה" שנבנה בחסות ארגון ה Jcc Global עם מרכזי קהילה יהודיים בקרקוב ובמילווקי ועוד.

**אנו מזמינים תושבים, חמים, פעילים וארגונים שמעתיינים להשתלב בעשייה שלנו ולתמוך בה ליצור עתנו קשר**

**י"ר פורום גוונים - תכתב והתגלה ערית רובין**  
 voterubinidit@gmail.com  
**רכות תחום גוונים - דבי שווקה-חיים**  
 debi@ginohair.org.il

"פורום גוונים" הוא פורום תושבים שחותר לביטוי מקסימלי של כלל הגוונים, הורמים, האמונות והשפות המדוברות במרחב היהודי והקהילתי של ירושלים. אנו פועלים מתוך תפיסה פלורליסטית, במגוון של פעילויות המקדמות את חזון המינהל הקהילתי והקהילה. מתחם התחנה הראשונה מארח אותנו ומעניק לנו במה מרכזית בכיכר העיר המתחדשת, בה אנו מגשימים את החזון בדמותם של מפעלים קהילתיים חשובים. בנוסף, אנו חוברים לארגונים וקהילות באזור - ומשתפים פעולה באירועים פנימיים וציבוריים. בין תחומי פעילותנו: קבלת שבת בימי שישי בחדשי הקיץ, סדרת אירועים בהובלת נשים: שלושה אירועי עוגן - אשפיות,



## תרבות בשכונה

תפישת התרבות במינהל כמחוללת קהילתית, המכוונת על פי קהלי יעד, מעגלים קהילתיים ומעגל השנה העברי. אירועי התרבות מתקיימים באופן ניש במרחב כולו: בנינות הציבוריות, בנינות הקהילתיות וברחובות מרכזיים. האירועים כוללים אירועי חוצות ופסטיבלים עונתיים לאורך עמק רפאים, בפארק המסילה ובשכונות, ונותנים ביטוי לתרבות יהודית מתחדשת ולפניה מרובת הגוונים של העיר.

**אנחנו מזמינים אתכם לקחת חלק בטקסים קהילתיים, תפילת יום העצמאות, פסטיבלי רחוב ומופעים.**

### « נפגשים בגינה

הצטרפו אלינו לפעילות קיץ מגוונת, כיפית וחגיגת בנינות הקהילתיות בנינות הציבוריות בשכונת גינת העיר. שני - רביעי נדדו בין הגינות הציבוריות עם פעילות לילדים.

**פרטים מתפרסמים בתחילת הקיץ באזור המינהל**  
 ginohair.org.il

### « אבן ירושלמית

פרוייקט עירוני המקדם תרבות יהודית צעירה בכל רחבי העיר. תוכלו למצוא אותנו בשרים בגינה, נקודה טובה לצעירים בירושלים הטיש הירושלמי של ינתן דרור, ארוחות שבת עם נפש בנפש ועוד רבות.

**חפשו אבן ירושלמית בפייסבוק לעדוונים או כתבו ליסוף קנדיאטי**  
 tzeirim@ginohair.org.il

**חמנים לפטת אלינו עם יחמות הצעות ניתן ליצור קשר עם תמר קליין, מנהלת תחום תרבות,**  
 Tamar@ginohair.org.il



המרכז הירושלמי ליזמות חברתית ואקטיביזם לנוער  
Social Initiative & Youth Activism in Jerusalem



## המרכז ליזמות חברתית ואקטיביזם לנוער

המרכז מציע מגוון פעילויות ליחמה ושיעור בקהילה ומקדם ערכים של חשיבה ביקורתית, התנדבות ועשייה חברתית בקרב בני הנוער והקהילה. המרכז פועל בשיתוף עיריית ירושלים ומשרד החינוך. בי שער החל מכיתה ח' יכולים להשתתף בפעילות המרכז המוכרת כפעילות מחויבת אישית / בנות חברתית. השתתפות קבועה בקבוצות המרכז או ביזמות מקנה בסוף שנת הפעילות תעודת יחס חברתי המוכרת על ידי משרד החינוך.

### יזמות נוער חברתית

לאורך השנה היחידה תקדם כ-10 יזמות של בני נוער בתחומי האקטיביזם החברתי, הפולרליזם והקהילה. היחידה תעניק ייעוץ והכוון מקצועי בשלבי המיזם, ייתן כלים לפיתוח והובלת תהליכי יזמות ותאפשר משאבים ראשוניים להקמתו.

### היחידה לרב-תרבותיות

היחידה שמה לעצמה למטרה לתת מענה הוליסטי לנושא קבלת/שנאת האחר. היחידה פועלת בדגש על סובלנות, אמפתיה, מציאת מכנים משותפים ובעיקר עידוד הקשבה. באמצעות הסברה, הכשרת צוותי חינוך, מפגשים קבועים ואירועי טער המאפשרים מפגש משותף בין אוכלוסיות מגוונות.

### קבוצות נוער אקטיביזם

קבוצות נוער הפועלות לשינוי חברתי בתחומים קהילתיים מגוונים. כל קבוצה תשתמש בכלים שונים מתחומי האומנות והתקשורת על מנת לחקור את סביבתה, לגבש דעה ואמירה בנושא הנבחר ולהוציא לפועל פרויקט מסכם. נוער אקטיביזם, אמנות יוצרת, מדור אקטואליה, נוער הכנסת ותיאטרון רחוב.

### כיכר העיר החדשה

אירועי תרבות לנוער המתקיימים לאורך כל חודשי השנה: ערבי גאם, הפעלת, תחרויות ברייקדאנס, ערבי כמה פתוחה, מסיבות רחוב ועוד. לעדכן שותף בעמוד ה- [Facebook](https://www.facebook.com/noar.ginothair) כיכר העיר החדשה.

הצטרפות למגוון פעילויות המרכז ולפרטים נוספים: [noar@ginothair.org.il](mailto:noar@ginothair.org.il)

ההשתתפות בפעילות הנוער היא ללא עלות כספית. עם זאת, יתכן שתוכניות מסוימות המופעלות על ידי גורם חיצוני ידרשו סכום עבור השתתפות בקורס (לדוגמה, מע"רים).

הטקסט נכתב בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד אך הוא פונה לשני המינים באופן שווה לחלוטין.



## נוער גינות העיר

חפשו אותנו ב- [Facebook](https://www.facebook.com/noar.ginothair) "נוער גינות העיר"

### מרתני-שרשרת נתינה

שנת הפעילות ה-15 של הפרויקט לזכור של תני גודמן ז"ל. שיעורי עזר במקצועות מתמטיקה, אנגלית ולשון. השתתפות בני הנוער אינה בתשלום, אלא בתמורה להתנדבות בקהילה. צוות המורים הם מתנדבים בקהילה.

### תנועות נוער

פורום תנועות הנוער כולל נציגים מתנועות הנוער השונות, מטרתו לקדם ולחזק את תנועות הנוער, לעודד שיתופי פעולה ולמיידה הרדיית ולשלבם כגורם מרכזי בקהילה. תנועות הנוער המשתתפות בפורום: הצופים, השומר הצעיר, כנפיים של קרמבו, בני עקיבא, נוער תל"ם, עדת הצופים, עזרא, הנוער העובד והלומד, מחנות העולים.

### מחויבות אישית ונוער מתנדב בזמן חירום

יחידת הנוער מציעה מגוון רחב של פעילויות התנדבות למען הקהילה: ליחיד קשישים בעולם הטכנולוגי, כתיבת זיכרון קהילתי לנופלים, עזרה לתלמידים עולים עם השפה העברית, פיתוח גינות קהילתיות ועוד. ניתן להירשם באופן פרטני או בקבוצה.

מערך המתנדבים לשעת חירום: לאורך השנה קבוצה נבחרת של בני נוער תעבור הכשרה מקצועית לזמן חירום (הצלה, מד"א ומשמר אזרחי) אשר תהווה צוות חירום קהילתי בעת חירום ובאירועים קהילתיים המוניים.

לפרטים והרשמה: [noar@ginothair.org.il](mailto:noar@ginothair.org.il) או אצל רכז מחויבות אישית בכל בית ספר.



# קיימות ואיכות הסביבה

**בית קהילתי**  
 גינה קהילתית היא מקום מפגש שבו חזים אנשים להכיר את השכנים הסובבים אותם, לעבוד את האדמה ולצבור ביחד סביבה נעימה, בריאה ואיכותית יותר לכולם. בניגוד לל צמחי תבלין, ירקות העונה, עצי פרי ופירות ישיבה. מספר הפיתות ומונחן הפעילויות בהן הולך וגדל ואנחנו שמחים להזמין אתכם להצטרף לחוויה של עבודת האדמה, יצירה משותפת, חברה וגם... תרבות.

Community Gardens – "Think globally act locally" – Join us to make the change and have fun!

# מהפח ירוק קומפוסט ירושלמי



גם אני עושה קומפוסט

## למעלה מ-4000 משפחות ירושלמיות כבר הצטרפו למהפכת המחזור

מיזם "מהפח ירוק" הינו מיזם עירוני פרי עשייה משותפת של עיריית ירושלים - מינהל תפעול אגף התברואה, המינהלים הקהילתיים והמשרד להגנת הסביבה. במסגרת המיזם, אנו מזמינים את התושבים לצמצם את כמויות האשפה שמועברות להטמנה ובכך יוצרות נזק סביבתי ונטל כלכלי כבד. אנו מעודדים אתכם, להפריד את האשפה בביתכם ולהעבירה למיכלים המתאימים. בקבוקי פלסטיק, נייר, קרטון, מתכות, טקסטיל, סוללות ודיסקים.

בנייכם. תושבים רבים בעיר, מפרידים את האשפה שלהם ונהנים מקומפוסט משובח, מעשה ידיהם!

**חממים ליצור איתנו קשר, את נסייע לכם בבחירת מיקום מתאים להצבת הקומפוסטר, ונעניק לכל דיירי הבניין הדרכה מקצועית, ונלווה אתכם לכל אורך התהליך. מחירי הקומפוסטרים מסובסדים על ידי עיריית ירושלים.**

טלפון 054-6650187  
 דוא"ל info@compost.org.il  
 פייסבוק: "מהפח ירוק קומפוסט ירושלמי"



## הגנת אילנות

חאים עץ בצרה? אכפת לכם מחצב העצים הבוגרים בשכונת? הצטרפו לצוותי פעילות ולעשייה אקטיביסטית  
 tehila@ginohair.org.il

בכל הגינות הקהילתיות יש מתקן קומפוסט לשימוש התושבים ורצויים לדעת עוד? הכנסו: גינות\_קהילתיות / www.ginohair.org.il

« **גינת חצר מוזיאון הטבע**  
 כניסה ממגרש החנייה ברחוב המגיד יום עבודה משותף:  
**ימי חמישי חורף 15:00-17:00,**  
**קיץ 16:00-18:00**  
**לפרטים: אמנון הרציג**  
 amnon.herzig@gmail.com

« **בוסטן ברודי**  
 משעול חביבה רייך, בין הרחובות ברודי לפלמ"ח יום עבודה משותף:  
**ימי שישי 9:00-11:00**  
**פעילות לילדים ומשפחות בימי ראשון - חורף 16:00-17:00, קיץ 16:30**  
**לפרטים: דני ברזיה**  
 bustan.bro@gmail.com

« **בוסטן ברוריה**  
 רחוב יהושע בן גמלא, מאחורי בית האבות 'משען' יום עבודה משותף:  
**ימי ראשון חורף 15:30-17:30,**  
**קיץ 17:00-19:00**  
**לפרטים: אסתר ישראל**  
 eisrael@netvision.net.il

« **גינת אור בזמנהוף**  
 מסתת ומנהוף בשכונת מחנה ישראל (בין משה הס לאגרונ) יום עבודה משותף:  
**חורף בימי שישי 12:00-14:00**  
**קיץ בימי שלישי 17:00-19:00**  
**לפרטים: יודם עשת**  
 eshetn@netvision.net.il





## קהילה תומכת לאזרח הוותיק בשבילך בכל זמן ובכל מקום

קהילה תומכת הינה תוכנית ייחודית המספקת מענה לצורכיהם של אזרחים ותיקים. החברות בקהילה מאפשרות שמירה על עצמאות תוך המשך מגורים בבית וללא תלות בבני המשפחה.

### » מעוניין במידע וסיוע במיצוי זכויות בגיל השלישי?

צוות מקצועי ומיומן המתמחה בגיל השלישי ישמח לסייע ולקשר לעובדים סוציאליים מלשכת הרווחה השוכנת, לחברות הסיוע ולכל גורם רלוונטי.

### » מעוניין בפעילות חברתית מגוונת?

תוכנית עשירה ומגוונת מתקיימת בימי ד' בעה"ש 10:30 במועדון הקהילה ברח' אוסשקין 38.

**הצטרפות ל"איכות חיים בקהילה" כרוכה בדמי מני חודשיים על סך 120 ₪ בלבד למשפחה. אזורי פעילות הקהילה התומכת בירושלים הם בשכונות: רחביה, קריית שמואל, טלביה, המושבה הגרמנית והמושבה היוונית.**

**לפרטים הרשמה:**

**לירז בטיטו-פרידמן, רכזת קהילה תומכת**  
02-6248568 / 0548827546

**מינהל קהילתי-גינות העיר**  
טלפון: 02-5664144 שלוחה 110  
aliza@ginothair.org.il

### » צריך לקדוח בקיר? להחליף נורה?

אב הקהילה ישמח לסייע בתחזוקה השוטפת של הבית ולבצע תיקונים קלים ללא תשלום. במקרה הצורך, אב הקהילה יזמין בעל מקצוע אמין ומוכר לתיקוני חשמל, מים וכדומה (בתשלום).

### » נפלת בבית? צריך רופא ולא יכול לצאת מהמיטה? יש חשש לפריצה?

**לחצן אחד הרבה פתרונות!** לחצן שירות\* המקושר ישירות למוקד מאויש 24 שעות ביממה במגוון שפות. קישור מידי לשירותי חירום: משטרה, מכבי אש ומד"א.

- רופא עד הבית למתן סיוע ראשוני, כולל תרופות, בכל מקום בו נמצא חבר הקהילה תמורת השתתפות עצמית על"ס 25 ₪.
- אמבולנס חירום גם ללא אשפוז!
- סיוע בעת נפילה בבית
- סיוע בעת חשש לפריצה - הזעקת סוהר ביטחון שיסייר סביב בית חבר הקהילה ובעת הצורך ייערבו גורמים נוספים- משטרה, מד"א כיבוי אש וכד'.

## » מרכז פעילות לאזרחים ותיקים בליבה של העיר

התוכנית לבני הגיל השלישי מגוונת וכוללת: קורסי העשרה בנושאים שונים, מפגשים חברתיים, הרצאות, טיולים, בית קפה לניצולי שואה ועוד...

### » רשת קהילתית לשכנות טובה

רשת קהילתית המחברת בין חברי בנק הזמן לקשישים בודדים הגרים בשכנות אליהם. מטרת הקשר היא לקחת אחריות על המרחב הקרוב אלינו: שכנים יהיו המענה הראשוני בזמן חירום פרטי או כללי ויהיו שכנים אכפתיים בזמן שניגרה. רמת הקשר נקבעת על בסיס הצרכים והצפיות של שני הצדדים.

**במידה ואתם מעוניינים שנקשר אתכם עם שכנים אזרחים ותיקים בסמיכות למקום מגורכם, אנא עדכנו אותנו**

### » קפה אירופה

בית קפה לניצולי שואה במסגרתו נהנים המשתתפים מקפה, מאפה וקטע מוזיקלי או הרצאה. הפרויקט בשיתוף לשכת הרווחה דרום מינהל קהילתי-גינות העיר וקרן ירושלים. מפגשי "קפה אירופה" מתקיימים בשלוחת המינהל הקהילתי, ר"ח אוסשקין 38 בכל יום ג' בן השעות 16:00 ל-18:00. קפה אירופה לניצולי שואה דוברי אנגלית פועל בבית יהודית בימי א' בין השעות 13:00-14:00.

**לפרטים: רכזת תוכנית לניצולי שואה, עו"ס אביה ברוקנטל-פרידלין/מלי שרון 5456327**

### » ס-בובה תאטרון בזכות לבני הגיל השלישי

לאור ההצלחה משנה שעברה תמשיך להופיע קבוצת ס-בובה עם הרפרטואר הקיים וכן תיוצרו הצגות חדשות איתן נצא להופיע בבני ילדים בקהילה. מומחים לקחת חלק בקורס תיאטרון בזכות מקצועי הכולל לימוד עיוני, התנסות מעשית, צפייה בהצגות, עבודת גוף והפקת קול, טכניקות תיאטרון בזכות מגוונות, עיבוד טקסטים ובמקביל להכיר חברים חדשים בגילכם, לפגוש באופן בלתי אמצעי ילדים בגיל הגן וליצור שינויי חיובי אמיתי בקהילה. בשיתוף תאטרון הקרון ובנק הזמן.

**לפרטים הרשמה: עליה מלול מנהלת תחום הגיל השלישי 054-6650183**

### » מועדון "בריא בקהילתי"

סדרת הרצאות בנושאי בריאות ואיכות חיים, המתקיימות בימי ה' אחת לחודש. הפרויקט מתקיים בשיתוף מינהל קהילתי-גינות העיר, ולשכת רווחה דרום. **המפגשים מתקיימים בבית יהודית, עמק רפאים 12**

### » מועדון שוהרי היידיש

סדרת הרצאות, מופעים, סיורים וסרטים לשוהרי יידיש, המתקיימים בימי ה', אחת לחודש.

**חדשו!**

### » ישן והדש בירושלים

סדרת סיורים המספרת את סיפורה של ירושלים מימות התנ"ך ועד הפלמ"ח **בהנחיית אריה סלומון וטל חניה**

### » "קהילה מטיילת"

מומחים אתכם להצטרף לטיולי איכות ובמחירי עלות בארצנו הקטנה גדולה. לטיולים שלנו יש טעם של חוויה כיף וערך מוסף שתחוו בטויל הראשון אתנו! התכנית פועלת בהתנדבות המקצועית של רכזי "קהילה מטיילת" מתנועת של"מ העוברים הכשרה, פיקוח, התרענות אינטנסיבית ולמידת עמיתים עם כ-120 רכזים במתנ"סים שונים בחרבי הארץ. ובחסות משרד התיירות, החברה למתנ"סים והנהלת המנהל. **לפרטים והרשמה לפנות למלכה מזרחי-שראבי מנהלת פרויקט ארצי "קהילה מטיילת" או לרמי שרון, רכז קהילה מטיילת גינות העיר** kehilas@gmail.com

**לפרטים הרשמה:**

**עליה מלול,**

מנהלת תחום

הגיל השלישי

מינהל קהילתי-גינות העיר

**טלפון: 02-5664144**

**שלוחה 110**

**054-6650183**

aliza@ginothair.org.il

**Supportive Community – quality of life at home for senior citizens**

» home maintenance service

» emergency button

» social activities and more!

**call Liraz at**

**054-8827546**



# USE YOUR עברית 2016-2017

a variety of classes in  
Simple Hebrew



## Prices:

- 1 course - 120 ₪ per month
- 2 courses - 160 ₪ per month
- 3 courses - 210 ₪ per month
- 4 courses - 260 ₪ per month

## MONDAY

**Israeli Literature**  
Rotem Atar  
9:00-10:15

**Conversational Hebrew**  
Cecilia Aranovich  
12:00-13:15

**Creative writing workshop**  
Rotem Atar  
12:00-13:15

**From Cover to Cover: Yona V'Naar**  
by Meir Shalev  
Continuance  
Rotem Atar  
13:30-14:45

**Painting & Drawing**  
English & Hebrew  
Jeffrey Alon  
9:00-12:00

## TUESDAY

**68 Years of State Continuance**  
Micha Fill  
9:00-10:15

**Hebrew Literature**  
Continuing Class  
Bat Sheva  
10:30-11:45

**Milestones in Israel**  
Micha Fill  
10:30-11:45

**Who's Afraid of Agnon?**  
Introduction  
Bat Sheva  
12:00-13:15

## WEDNESDAY

**Judaism**  
9:00-10:30

**Happy Life**  
Yael Shoshani  
10:30-11:45



For more information  
contact: 02-5664144

# » תוכנית לימוד בוקר

אל-גיל תשע"ז מגוון עשיר של סדנאות וחוגים איכותיים

« אשכול בריאות  
גוף ונפש

« אשכול אומנויות

« אשכול עיוני

זומבה קלה **חדש!** • באוז - תוכנית לבניית העצם • התעמלות לרצפת אגן, חיזוק הגוף ויציבה התעמלות בריאותית • פילאטיס • פלדנקרייז • יוגה • טאי-צ'י • ריקודי בטן • ריקודי עם • גוף-נפש תזונה ואורח חיים בריא • נשימה לנשמה • שיפור הזכרון • ברידג'

יצירת מנדלות - **חדש!** • ציור ורישום • מלאכת יד • מקהלה • שירה בציבור • אמנות על קצה המזלג • מבט לחיים דרך אמנות מוזיקה וסרטים • סינמה-כיף - על קולנוע ועוד

התנ"ך בראי הספרות - אישים ומאורעות בתנ"ך והשתקפותם במדרש ובספרות **חדש!** או"ת ארכאולוגיה ותנ"ך **חדש!** • מבסוטים מהחיים - שמחה חשיבה חיובית והומור **חדש!** כלכלה אקטואלית **חדש!** • מחזה למשחק **חדש!** • פילוסופיה מעשית **חדש!** חקר החלומות **חדש!** • תרבויות העולם בראי השפה **חדש!** • הסוד לחיים טובים דרך סיפורי מעשיות **חדש!** • מסע בשביל החכמה - ע"פ פילוסופיית המזרח, הקבלה ואנשי רוח שונים **חדש!** • מסע משותף - סדנא קבוצתית בשיטת אדלר **חדש!** • מזשיר - סדנא לכתובה שירים • עיון בסיפוריהם של עגנון, גרוסמן ועוד • גילוי והקשבה באמצעות קריאה בכף היד ירושלים-משפחות • ירושלים-סיפור של עם • אמנות על קצה המזלג • הכל בכתב-גרפולוגיה ופסיכולוגיה • נביאים ראשונים • פרקי אבות • סיפורי חיים וכתיבה יצירתית משוררים ושירה • התבונה המקראית ערבית • יידיש • איטלקית • ספרדית • אנגלית

« אשכול לימודי שפות

**חדש!** בשנת תשע"ז פעילות אל גיל מתרחבת לשלוחות ניות ולשלוחת אוסקין. פרטים במזכירות המינהל הקהילתי

מחירון:

2 חוגים - 160 ₪ לחודש, 3 חוגים - 210 ₪ לחודש, 4 חוגים - 260 ₪ לחודש, חוג חמישי ומעלה - בתוספת 40 ₪ לחוג

לפרטים נוספים והרשמה: מינהל קהילתי גינות העיר "בית יהודית", רח' עמק רפאים 12  
www.ginothair.org.il / 0 5664144 שלוחה

# בנק הזמן

קהילת חברים המאפשרת לכל אחד להעניק מכושריו ומניסיונו ולקבל לפי רצונו וצרכיו.  
**בבנק הזמן שעת נתינה, בכל תחום, שווה שעת קבלה**  
 משום שמתבער ההחלפה הוא זמן ולא סוג השירות הניתן והמתקבל.

הנתינה והקבלה בבנק מגוונות בשל ההון האנושי הרב הנאגר בו: שפות, תנועה וספורט, אמנות, טיפולים אלטרנטיביים, ייעוץ וליווי, סדנאות והרצאות, סיוע לימודי ועוד ועוד...  
 החלפת הזמן מתבצעת בהתאם לנוחות ולפניות של החברים ובתיאום ביניהם.  
 חברי קהילת בנק הזמן מנצלים את כישוריהם ואת הזמן העומד לרשותם בצורה מיטבית ונכללים בקהילה שכולה נותנת ומקבלת. בזוא לקחת חלק בכלכלת המחר.  
 הצטרפות לבנק הזמן כרוכה בפגישה אישית עם נציג המצוות.

« **לפרטים נוספים והצטרפות: דנה 5664144 שלוחה 124**  
**time@ginothair.org.il**  
**דף בנק הזמן ירושלים**  
<https://www.facebook.com/bankzman.jerusalem/?fref=ts>



## שנת הפעילות תחל ב-1 בספטמבר 2016 ותסתיים ב-31 ביולי 2016

# נהלי הרשמה והשתתפות בחוגים

- דמי רישום בגובה 50 ₪ יגבו בעת הרישום לחוג.
- שיעור הניסיון ייכלל בתשלום הראשון עבור החוג.
- במידת הצורך, יגבו מדי חודש דמי אבטחה בסך 7 ₪.
- לקורסים וסדנאות-נהלי רישום נפרדים.
- חברות במועדונים הינה רצופה ומתחדשת אוטומטית מידי שנה, עד לקבלת הודעת ביטול ע"י המשתתף, במשרדי המינהל הקהילתי.
- התשלום עבור החוג הינו חודשי וישולם באמצעות הוראת קבע בבנק או בכרטיס אשראי.
- לא יתקבלו ביטולים טלפוניים או ביטולים אצל המדריך.
- בקשה לביטול / הקפאת חוג תטופל עם מילוי טופס ביטול / הקפאה במשרדי המינהל, עד ה-20 בכל חודש, לפני החודש שאחריו.
- הקפאת חוג יכולה להיעשות למשך חודש רצוף אחד בלבד בשנה.
- לא יתקבלו ביטולים החל ממוקד ועד יוני.
- בהתאם לפירוט שבחוברת, ישנם חוגים עליהם יגבה תשלום חד פעמי נוסף, עבור ציוד / מבחני חגורה / חולצות / מדליות /אחר.

• פתיחת החוגים מותנית במספר נרשמים מינימלי. במקרה של אי פתיחת חוג יוחזר מלוא התשלום ללקוח.

• היעדרות מסיבות אישיות אינה משחררת את המשתתף מתשלום מלוא התשלום החודשי עבור החוג.

• הנהלת המינהל שומרת לעצמה את הזכות לבצע שינויים במועדי החוגים או לסגור חוג שאין הצדקה לקיומו. במקרה שכזה יוחזר למשתתף התשלום היחסי עבור שיעורים שלא התקיימו.

• המינהל יהא רשאי להפסיק השתתפותו של נרשם, בהתראה של שבוע מראש, באם לא יעמוד בתשלומי החוג ו/או מסיבות הפרת משמעת, סיבות בריאותיות או כל סיבה אחרת שימצא לנכון, על פי שיקול דעתו של המינהל.

• המשתתף לא יבטל ו/או ישנה את ההרשאה לחיוב חשבונו ללא ידיעת המרכז מראש ובכתב. זאת עד לתום מועד הפעילות בחוג/ים.

• תשלום בהוראת קבע ו/או בכרטיס אשראי שלא יכובד ייגבה שוב בחודש שלאחריו. באם גם תשלום זה לא יכובד, על בעל החוב לשלם את חובו לאלתר במוזמן ובצירוף עמלה.

• המינהל רשאי שלא להפעיל חוגים בשל כוח עליון, (אסונות טבע, מלחמה וכדו'), במקרים כאמור לעיל, לא יינתן החזר כספי.

## מועדון "רעים"

**חכנית רעים מקיימת קבוצות חברתיות שמטרתן הרחבה המעגל החברתי למתמודדים עם קשיי תקשורת, למידה והסתגלות חברתית.**  
**"רעים" מתמקדים בהתנסות ובלמידה חברתית, תוך בניית קבוצת השתייכות. חברי הקבוצה נפגשים בבית יהודית מידי שבוע לפגישה בעלת אופי חברתי, הכוללת שיחות, סדנאות, העשרה ובליווי משותפים. במקביל, נערכים אירועים ארציים, המאפשרים מפגש בין הקבוצות ברחבי הארץ.**

« בגינות העיר פועלות שלוש קבוצות על פי שכבות גיל:  
 קבוצת נוער 17-22  
 קבוצת צעירים 25-35  
 קבוצת מבוגרים 35+ »

« **לפרטים והרשמה לכל הקבוצות**  
 ניתן לפנות דרך מזכירות המינהל ולהשאיר פרטים מלאים הכוללים: שם מלא, גיל, מספר טלפון ומידע נוסף במידת האפשר.  
**כמו כן, ניתן לפנות במייל לשחר: sbudnik@gmail.com**



## לוח הופעות והגים

ראש השנה	2-4.10.16	כ"ט באלול - ב' בתשרי, תשע"ז
יום כיפור	11-12.10.16	ט"ו בתשרי, תשע"ז
סוכות	16-24.10.16	י"ד-כ"ב בתשרי, תשע"ז
תנוכה	דעכונים במשרדי בית יהודית בסמוך לחג	
פורים	12.3.17	יד באדר, תשע"ז (הפעילות חסתיים בשעה 17:30)
פסח	10-17.4.17	י"ד-כ"א בניסן, תשע"ז
ערב יום השואה	23.4.17	כ"ז בניסן, תשע"ז (הפעילות חסתיים בשעה 19:00)
ערב יום היכונן	30.4.17	ד' באייר, תשע"ז (הפעילות חסתיים בשעה 18:00)
יום היכונן	1.5.17	ה' באייר, תשע"ז
יום העצמאות	2.5.17	ו' באייר, תשע"ז
שבועות	30-31.5.17	ה'ל' בסיון, תשע"ז
ערב ט' באב	31.7.17	ח' באב, תשע"ז (הפעילות חסתיים בשעה 19:00)