



شركة  
المراكز الجماهيرية  
أدم - كهيل - حمر - مجتمع

החברה  
למתנ"סים  
אדם - קהילה - חברה

# מפגשים ללא הפסקה!

חוברת חוגים תשפ"א  
מרכז קהילתי מפגשים



### תושבים יקרים,

חרף אתגרי משבר הקורונה, אשר הביא עימו מורכבויות בתחומים רבים, ביניהם תחום התרבות והפנאי, נערך מרכז קהילתי "מפגשים" לפתיחת שנת פעילות המותאמת לנהלי השעה ולצרכי קהילת מזכרת בתיה.



תודה להנהלת "מפגשים" ולעובדיו על ההשקעה והיצירתיות בעבודתם במיוחד בתקופה זו.

אני מזמין אתכם לבוא ולקחת חלק בשלל הפעילויות והחוגים המוצעים לכם בחוברת זו.

**בברכת בריאות איתנה ושנת פעילות פוריה,**

**גבי גאון**

ראש המועצה

לפרטים והרשמה לחוגים  
לחצו כאן



### תושבים יקרים!

אנו שמחים להציג בפניכם לראשונה חוברת חוגים אינטרנטית, ערב פתיחתה של שנת פעילות חדשה, שבסימנה אתגרים רבים, מורכבות וחוסר ודאות בהשפעת מגפת הקורונה העולמית. אנו פועלים ונמשיך לפעול באופן אחראי ובכפוף להנחיות משרד הבריאות. על מנת להבטיח, רציפות חינוכית למסגרות החוגים בחינוך הלא-פורמלי, פתחנו כאן במזכרת, מודל ייחודי של פעילות "חוג היברידי" אשר ימשך כל השנה. על פי מודל זה החוג יפעל ללא הפסקה, בסגר ובבידוד יעבור ללמידה מרחוק. ככל שנצטרך נשלח ערכות ארוזות הביתה על מנת לקיים את החוג בלמידה מרחוק. המודל הייחודי יעבוד כפיילוט במספר חוגים. הצלחנו להתחדש במספר פעילויות: התעמלות נשים לאחרלידה, התעמלות גברים, עיצוב בתלת מימד וטריאתלון. אנו מזמינים את כולכם להשתתף במגוון פעילויות ההפוגה והפנאי ומאחלים לכולנו המשך פיתוח והרחבת הידע, האופקים ואורח החיים הבריא. נבקש להודות לכם על האמון ועל שאתם בוחרים בנו, שנה אחר שנה. נודה לצוות המרכז הקהילתי על עבודה מאומצת בתקופה קשה. להנהלה, למועצה ולעומדים בראשם ולכולכם על התמיכה ועל שהנכם "כמו רקפות בין הסלעים, הפנים היפות של הארץ מתגלים..." (אריאל הורוביץ) אנו כאן שלכם ובשבילכם.

**שנה טובה ומבורכת בבריאות טובה**

**רוני שני קדמיאל**

מנכ"לית המרכז הקהילתי

**חגית איסר**

יו"ר ההנהלה

# פנאי והעשרה

## מחיר

## יום ושעה

## מדריך/ה

### יום ד'

### אורנה ארז

190 ש"ח + 10 ש"ח חומרים

כיתות א'-ג'  
17:00-17:45

200 ש"ח + 20 ש"ח חומרים

כיתות ד'-ו'  
18:00-19:00

החוג שם דגש על עידוד הביטוי האישי לצד לימוד ושיפור היכולת בציור בחומרים שונים ומתוך התבוננות והעמקה בכלי הביטוי של הציור, קו כתם אור וצל וצבע. עבודה אישית בליווי צמוד ויחס אישי לכל תלמיד.

## ציור



## דרמה קיד



## מחיר\*

## יום ושעה

## מדריך/ה

### ענבר אסיס

190 ש"ח

יום א'  
כיתות ג'-ד'  
17:00-18:00

210 ש"ח

כיתות ז'-ח'  
18:00-19:30

190 ש"ח

יום ה'  
כיתות א'-ב'  
17:00-18:00

210 ש"ח +

כיתות ה'-ו'  
18:00-19:30

\* לחוג תשלום חודשי נפרד ע"ס 25 ש"ח - לחומרי יצירה, לסדנאות העשרה ולהפקת מופע הסיום.

חוג מגבש ומעצים, המאפשר לכל ילד וילדה להביע את עצמו ולהיות חלק מקבוצה יוצרת. בחוג נכיר טכניקות משחק דרך אימפרוביזציות, שימוש בדימיון ועבודה קבוצתית. בחוג נפתח ונחזק את הביטחון העצמי, עמידה מול קהל, יכולת ההקשבה, קבלת האחר ועוד.

# פנאי והעשרה

## מדען ירוק



מחיר\*

יום ושעה

מדריך/ה

יום א'

אופיר בן שמחון

190 ש"ח

חובה - א'  
17:15-18:00

190 ש"ח

כיתות ב'-ג'  
18:15-19:00

\* לחוג עלות חומרים נפרדת ע"ס 20 ש"ח לחודש

המדען הירוק הינו חוג יחיד במינו המשלב למידה של נושאי מדע שונים יחד עם יצירת דגמים ומיצגים. המשחקים והדגמים המיוחדים אותם יוצרים הילדים מביאים את הנושא הנלמד לידי ביטוי וזאת תוך שימוש חוזר בחומרים מגוונים. בחוג מגלים הילדים כיצד עובד העולם שלנו ומפתחים מודעות לשמירת הסביבה באופן חווייתי ומהנה.

## אילוף כלבים



מחיר

יום ושעה

מדריך/ה

240 ש"ח

יום ד'  
כיתות א-1  
מתחילים  
16:30-17:30

'המלונה'  
אמיר חיט  
ועידו גרינבוים

240 ש"ח

כיתות ג-1  
מתקדמים  
17:30-18:30

בחוג נלמד הכל על עולמו של חברנו הטוב: דרכי חינוך הכלב, דרכי התקשורת ביננו לבינו. תהליך הלימוד נעשה בדגש על בניית דינמיקה טובה ונכונה בין היד לכלב ומבוססת על הנאה משותפת מהתהליך. לא חובה להביא כלב!

# פנאי והעשרה

## מבוכים ודרקונים



מחיר

יום ושעה

מדריך/ה

יום ד'

תגלית

200 ש"ח

כיתות ה'-ו'  
15:00-16:30

200 ש"ח

כיתות ג'-ד'  
18:00-19:30

200 ש"ח

כיתות ב'-ג'  
16:30-18:00

החוג הינו משחק דמיון של "פעם" ובו אנו סוחפים את הילדים לשעה וחצי ללא טלפונים ומסכים - אל נבכי דמיונם. הילדים יצטרכו, בעזרת שיח, דמיון וחכמה, להתגבר על שלל חידות ומשחקים השזורים בתוך העלילה. המשחק מפתח יצירתיות, מיומנויות חברתיות וכן חשיבה ביקורתית מעמיקה - הכל בכסות של משחק מדליק!

## מיינקראפט



מחיר\*

יום ושעה

מדריך/ה

200 ש"ח

יום ה'  
כיתות ב'-ג'  
17:00-18:00

מכללת סייברנט

200 ש"ח

כיתות ד'-ו'  
18:00-19:00

\* לעלות החוג החודשית יתווסף תשלום חד פעמי ע"ס 350 ש"ח, לרכישת תוכנות וחומרה.

החוג מציע חווית למידה חדשנית ומעשירה מבוססת משחק ומטרתה - חשיפה לעולם ההייטק באמצעות סדנאות: עיצוב ותכנות משחקים | מציאות מדומה ורבודה | אבטחת מידע וסייבר | הגנת הפרטיות ברשת | לימוד אוצר מילים באנגלית | ועוד מגוון תכנים מרתקים...

# פנאי והעשרה

## טכנו טריק



מחיר\*

יום ושעה

מדריך/ה

190 ש"ח

יום ה'  
כיתות ג'-ד'  
17:00-18:00

ממריאים

190 ש"ח

כיתות א'-ב'  
18:00-19:00

\*לחוג עלות נפרדת של 385 ש"ח לחומרים עבור בניית 10 דגמים

קורס טכנוטריק הוא קורס טכנולוגי ייחודי אשר חושף את הילדים לעולם הפיזיקה, הרובוטיקה, ההנדסה והמכונות. בקורס הילדים יחשפו לעקרונות וחוקים פיזיקאליים חשובים, רובוטיקה ומדע, ובמקביל ייבנו כ-10 דגמים מרתקים וייחודיים אותם לוקחים הילדים הביתה.

## לגו הנדסי לגו קט



מחיר

יום ושעה

מדריך/ה

190 ש"ח

יום ב'  
חדש!  
לגו קט לגן חובה!  
17:30-18:30

ד"ר לגו

190 ש"ח

כיתות א'-ד'  
16:30-17:30

בחוג לגו לומדים בונים ונהנים! בחוג נלמד על סוגי כוחות, על חוקים ואיך פועלים כלים ומכונות מחיי היום יום. בכל שיעור נמחיש את הנלמד ע"י בניית דגם מלגו הנדסי - רובוט מהלך, גלגל ענק, מכונית מרוץ, מנופים ועוד דברים שילדים אוהבים.

## שילוב אמנויות



מחיר

יום ושעה

מדריך/ה

יום ב'

חיה ז'נו

180 ש"ח

חובה - כיתה ב'  
17:30-18:30

210 ש"ח

כיתות ג'-ו'  
16:00-17:30

החוג מציע מסע קסום בעולם האמנות וחומרי היצירה, במסגרתו ילמדו הילדים לחקור ולגלות תכונות של חומרים דרך: חוויה וצבע, פיסול בחומרים שונים, חרוזים, מיחזור, עבודות תלת מימד ועוד. החוג מועבר תוך השמת דגש על פיתוח החשיבה והדמיון, ביטוי עצמי וחיזוק המוטוריקה העדינה.

\* לחוג יתלווה תשלום חודשי ע"ס 25 ש"ח עבור חומרים

## חוג עיצוב ומיניאטורות



מחיר

יום ושעה

מדריך/ה

200 ש"ח

יום א'  
כיתות א'-ב'  
17:00-18:00

אילת רוטנברג  
'קיט דאו'

200 ש"ח

כיתות ג' ומעלה  
18:00-19:00

במהלך החוג ניצור ונעצב מודלים מעוצבים, תלת מימדיים, מינאטורות וחפצים שימושיים. כל פריט תוכנן בקפידה רבה כך כך שישמש בסופו של תהליך תוצר קסום ומעורר גאווה עבור היוצרים הצעירים.

\* לחוג עלות חודשית נפרדת ע"ס 30 ש"ח לחומרים

## מרכז המוזיקה מפגשים

מנהלת: טלי כץ

מרכז המוזיקה מציע שיעורים פרטניים עם מיטב המורים בקשת רחבה של כלים מלבד שיעורים פרטניים, מתגאה המרכז למוסיקה בלימודי תיאוריה ברמה גבוהה, הכנה לבגרות ברמה של 5 יח"ל, הרכבי רוק/פופ/ג'אז/קלאסי ווקאלי, השתתפות בפסטיבלים, תחרויות, הפעלת בי"ס מנגן ועוד...



### פסנתר | אורגנית | אקורדיון

#### מחיר

30 דקות  
300 ש"ח

45 דקות  
425 ש"ח

60 דקות  
500 ש"ח

45 דקות  
500 ש"ח  
(250 ש"ח לכל משתתף)

#### יום ושעה

שיעורים פרטניים

שיעור זוגי

#### מדריך/ה

פסנתר:  
זויה זיטלזיף  
רעיה קרלינסקי  
אלה רובין

אורגנית:  
ולרי דיץ  
זויה זיטלזיף  
אלה רובין

אקורדיון:  
אלה רובין

### קלידים





# מוזיקה

כלי  
נשיפה



חליל צד/חלילית  
קלרינט | סקסופון  
חצוצרה | טרומבון | טובה

מחיר	יום ושעה	מדריך/ה
30 דקות ש"ח 300	שיעורים פרטניים	קלרינט / סקסופון: <b>מיכאל גוניקמן</b>
45 דקות ש"ח 425		חצוצרה / טרומבון / טובה: <b>גרישה זוחורוביץ</b>
60 דקות ש"ח 500		חליל צד / חלילית: <b>יפורסם בהמשך</b>
45 דקות ש"ח 500 (250 ש"ח לכל משתתף)	שיעור זוגי	

כלי  
קשת



כינור / קונטרבס

מחיר	יום ושעה	מדריך/ה
30 דקות ש"ח 300	שיעורים פרטניים	כינור: <b>אלה אליוכין</b> <b>מילה בלטמן</b>
45 דקות ש"ח 425		קונטרבס: <b>אנדרי קוזמין</b>
60 דקות ש"ח 500		
45 דקות ש"ח 500 (250 ש"ח לכל משתתף)	שיעור זוגי	

# מוזיקה

## גיטרה קלאסית | גיטרה חשמלית גיטרה בס | יוקלילי | מנדולינה

### מדריך/ה

יוקלילי:  
**מרינה גורדון**  
**עידוא קדוש**

מנדולינה:  
**עידוא קדוש**  
**אנדריי קוזמין**

### מדריך/ה

גיטרה חשמלית:  
**ליאו רויטמן**  
**שאולי פריד**  
**אנדריי קוזמין**

גיטרה בס:  
**שאולי פריד**  
**אנדריי קוזמין**

### מדריך/ה

גיטרה קלאסית:  
**מרינה גורדון**  
**עידוא קדוש**  
**ליאו רויטמן**  
**אנדריי קוזמין**

### מחיר

30 דקות  
300 ש"ח

45 דקות  
425 ש"ח

60 דקות  
500 ש"ח

45 דקות  
500 ש"ח  
(250 ש"ח לכל משתתף)

### יום ושעה

שיעורים  
פרטניים

שיעור זוגי

כלי  
פריטה



פיתוח  
קול

### מחיר

30 דקות  
300 ש"ח

45 דקות  
425 ש"ח

60 דקות  
500 ש"ח

### יום ושעה

שיעורים  
פרטניים

### מדריך/ה

**טלי כץ**  
**סופי ספרלין**  
**אלכסנדרה לגמי**  
**שבת**

הרכבים  
ווקאליים



# מוזיקה

## תופים

### מחיר

30 דקות  
300 ש"ח

45 דקות  
425 ש"ח

60 דקות  
500 ש"ח

45 דקות  
500 ש"ח  
(250 ש"ח לכל  
משתתף)

### יום ושעה

שיעורים  
פרטניים

שיעור זוגי

### מדריך/ה

ניר סגל

כלי  
הקשה



## ג'אז



## פסנתר | גיטרה | בס | קונטרבס ג'אז

### מחיר

30 דקות  
300 ש"ח

45 דקות  
425 ש"ח

60 דקות  
500 ש"ח

45 דקות  
500 ש"ח  
(250 ש"ח לכל  
משתתף)

### יום ושעה

שיעורים  
פרטניים

שיעור זוגי

### מדריך/ה

גיטרה/בס:  
**שאוּלי פריד**

פסנתר:  
**נועם דביר**

קונטרבס ג'אז:  
**אנדרי קוזמין**

# מחול ותנועה

## מחיר

## יום ושעה

## מדריך/ה

בלט

160 ש"ח

**יום א'**  
חובה - כיתה א'  
17:00-17:45

גלית לוי

215 ש"ח

**ימי א' + ד'**  
כיתות ב'-ג'  
17:45-18:30

225 ש"ח

כיתות ד'-ה'  
18:30-19:30

280 ש"ח

כיתות ו'-ז'  
18:30-19:45

160 ש"ח

**יום ג'**  
טרומ בלט 4-5  
16:45-17:30

160 ש"ח

טרומ בלט 5-6  
17:30-18:15

160 ש"ח

חובה-כיתה א'  
18:15-19:00

160 ש"ח

**יום ד'**  
טרומ בלט 4-5  
17:00-17:45



## מחיר

## יום ושעה

## מדריך/ה

215 ש"ח

**ימי א' + ד'**  
כיתות א'-ג'  
17:15-18:00

נעמה הרפז

225 ש"ח

כיתות ד'-ו'  
18:00-19:00

215 ש"ח

**יום א'**  
כיתות ז' ומעלה  
19:00-20:30

היפ הופ



# מחול ותנועה

## מחיר

225 ש"ח

225 ש"ח

## יום ושעה

ימי ב' + ה'

כיתות ד'-ו'  
17:30-18:30

כיתות א'-ג'  
16:30-17:30

## מדריך/ה

ויקי חלימי

ג'אז



## ברייקדנס



## מחיר

180 ש"ח

180 ש"ח

## יום ושעה

יום ה'

כיתות ה'-ז'  
15:45-16:45

כיתות ב'-ד'  
16:45-17:45

## מדריך/ה

בי בוי פוטר

# מחול ותנועה

## מחיר

280 ש"ח

## יום ושעה

ימי ב' + ה'  
כיתות ו'-ח'  
18:30-19:45

## מדריך/ה

ויקי חלימי

## להקת עתודה



\*מותנה באודישן

## להקה יצוגית



## מחיר

280 ש"ח

## יום ושעה

ימי ב' + ה'  
כיתות ט'-י"ב  
19:45-20:30

## מדריך/ה

ויקי חלימי

\*מותנה באודישן

# מחול ותנועה

## אימפרוביזציה בתנועה



מחיר

220 ש"ח

יום ושעה

יום א'  
20:00-21:45

מדריך/ה

רוני וידרמן

שיעורי תנועה מהנים בהם נשכלל את היכולות הגופניות, נשחרר שרירים ומפרקים, נעשיר את התנועה האישית ונעמיק את היכולות לנוע יחד עם שותפות לריקוד. השיעורים מיועדים לנשים בכל הגילאים. אין צורך בניסיון קודם בריקוד או בכושר פיזי, רק בסקרנות וברצון לפגוש את הגוף והתנועה מזווית נוספת.

מחיר

165 ש"ח

יום ושעה

ימי א', ד'  
גילאי 3-4  
16:40-17:25

מדריך/ה

זהבית וולק

165 ש"ח

יום ג'

גילאי 3-4  
17:30-18:15

165 ש"ח

יום ג'

טרום חובה  
גילאי 4-5  
16:40-17:25

165 ש"ח

יום ד'

טרום חובה  
גילאי 4-5  
18:20-19:05

165 ש"ח

יום א'

קבוצה קטנה  
בתיאום מראש  
15:50-16:35

## תנועקיד



חוג התעמלות ותנועה, המחזק יסודות מוטוריים כגון: זחילות, קפיצות, טיפוס, חיזוק חגורת כתפיים, שיווי משקל ואיזון כוח התמצאות במרחב. בשילוב משחקי תנועה, אביזרים קטנים ושפע מסלולים. פעילות חווייתית, משלבת דמיון ויצירה.

# מחול ותנועה

## מינקות לעצמאות

מחיר

175 ש"ח

יום ושעה

ימי א', ד'  
גילאי 2-3  
17:30-18:15

מדריך/ה

זהבית וולק

חוג להורים וילדים המשלב בתוכו תהליך רגשי לאורך השנה, בחלוקה לשלושה שלבים: בשלב הראשון שיתוף מלא הורה וילד, בשלב השני בשנה, ההורה כצופה מהצד ובשלב השלישי הילד נשאר עצמאי בשיעור. מלבד זאת, החוג מקנה לילד את כל הצרכים המוטורים המתאימים לגילו: טיפוס, זחילות, שיווי משקל, חיזוק חגורת כתפיים, לימוד הוראות מורכבות וכללים של משחקים פשוטים ועוד.



## אתגר בתנועה

מחיר

165 ש"ח

יום ושעה

יום א'  
גילאי 5-6  
18:30-19:05

מדריך/ה

זהבית וולק

165 ש"ח

יום ג'

כיתות א-ב  
18:20-19:05

חוג המתמקד במיומנויות גופניות תוך דגש על חגורת כתפיים ומוטוריקה גסה, קואורדינציה, שיווי משקל ומוטוריקה עדינה. שיפור הביטחון העצמי, דינמיקה קבוצתית מאתגרת, שילוב משחקים מוטוריים/ קוגניטיביים אתגריים. וגם מיומנויות יסוד מתחום התעמלות (גלגול, עמידת ידיים וכו'). החוג מהנה ואינו תחרותי.



## כדורסל



כדורסל מהווה כלי חינוכי להקניית ערכי השגיות, דבקות במטרה, התמדה, שת"פ קבוצתי לצד יכולת אישית ותרומה לקבוצה. פעילות החוג כוללת: אימונים, טורנירים, מחנות אימון, פעילות למען הקהילה, יציאה לצפייה במשחקים בליגת העל ועוד.

השנה יפעיל המועדון קבוצות ליגה מכיתה ה' ועד בוגרים, כולל 3 קבוצות בנות. הקבוצות מתחרות במסגרת הליגות של איגוד הכדורסל.

במסגרת זו מקבלים השחקנים 4-5 יחידות אימון שבועיות של כדורסל ואימונים גופניים.

בנוסף, נחשפים השחקנים לתכנים נוספים בנושא: תזונת ספורט, פסיכולוגיה וכו'.

המועדון מפעיל פרויקט מצוינות הכולל מעטפת של אימונים אישיים, ניתוח ההכונה מקצועית.

### מחיר

1 פ"ש  
160 ש"ח

2 פ"ש  
215 ש"ח

### יום ושעה

**ימי ב' ו/או ה'**  
פעם או פעמיים  
בשבוע

כיתה א'  
17:45-18:30

כיתה ב'  
17:00-17:45

כיתה ג'  
16:15-17:00

כיתה ד'  
15:30-16:15

כיתות ה'-ז'  
14:45-15:30

### מדריך/ה

**אור רון  
נופר רון**

## כדורגל



### מחיר

230 ש"ח

### יום ושעה

גן - כיתות א+ב  
**ימי ב' ו-ה'**  
17:00-18:00

### מדריך/ה

**עמיר אסולין**  
**איתי אסולין**

330 ש"ח

כיתות ג'  
**ימי ב' ו-ה'**  
18:00-19:00

**יום ג'**  
16:00-17:00

החוג מפתח כושר גופני, קואורדינציה, זריזות ומהירות, עם דגש על שיתוף פעולה ועבודה קבוצתית.

### מחיר

170 ש"ח

### יום ושעה

**יום ג'**

כיתות א'-ד'  
17:30-18:30

### מדריך/ה

**תום רבין**

170 ש"ח

כיתות ה'+  
18:30-19:30

## הוקי גלגליות



במסגרת החוג נלמד ונתנסה בחוקי משחק הוקי: תרגילים, טכניקה בסיסית יציבות, שיווי משקל, עבודת צוות. המשחק מסייע בפיתוח קואורדינציה, שיווי משקל, וסיבולת לב ריאה. אין צורך בידע מוקדם. מתאים לבנים ולבנות.

## התעמלות ואקרובטיקה



צילום: Adi Schafman

### מחיר

פעמיים בשבוע  
215 ש"ח

פעם בשבוע  
170 ש"ח

280 ש"ח

### יום ושעה

#### בנות:

התעמלות גן  
פעם בשבוע  
יום ב'  
17:30-18:15

התעמלות גן-כיתה א'  
פעם בשבוע  
יום ב'  
16:45-17:30

התעמלות גן-כיתה א'  
ימי א', ד'  
17:30-18:15

התעמלות כיתות א'-ג'  
ימי א' ו-ד'  
16:45-17:30

התעמלות כיתות ג'-ה'  
ימי א', ד'  
16:00-16:45

בוגרות  
ימי א', ד'  
18:15-19:00

#### בנים:

בנים כיתות א'-ד'  
יום ד' 17:30-18:30  
יום א' 13:30-14:30

בנים כיתות ה' ומעלה  
יום ד' 18:30-19:30  
יום א' 14:30-15:30

### מדריך/ה

נירית דנון  
לאופר

במסגרת חוג ההתעמלות רוכשים הילדים מיומנויות בהתעמלות קרקע מכשירים ואקרובטיקה ושמים דגש רב על: שיפור כושר גופני, יציבה נכונה, שיווי משקל, בטחון בתנועה, קוארדינציה, חיזוק חגורת כתפיים וגמישות. בג'ימנסט מגיעים הכי רחוק שאפשר!

כיום, ישנן מתעמלות בג'ימנסט מזכרת בתיה שהן אלופות ישראל באקרובטיקה המתחרות ומופיעות בארץ ובכל העולם. בג'ימנסט קיימים מסלולים ברמות מתקדמים/ות ורמות ההשגיות הגבוהות ביותר בישראל. ישנן 4 קבוצות במסלולים אלו: קדם נבחרת, נבחרת צעירה, עתודה, נבחרת יצוגית/תחרותית. לפרטים לגבי מסלולים מתקדמים / הישגיים נא לפנות למאמנות.



## כדורשת



צילום: ערוך אקרמן

### מחיר

185 ש"ח

215 ש"ח

### יום ושעה

#### יום ד'

כיתות ד'-ו'  
15:00-16:00

כיתות ז'-ט'  
15:00-16:30

### מדריך/ה

יהודית בלאיש

משחק הכדורשת מאפשר תרגול של מרכיבי כושר רבים כמו: זריזות ומהירות, כוח, זמן תגובה, כוח מתפרץ, גמישות ועוד. המשחק הקבוצתי מלמד את השחקניות שיתוף פעולה ותכנון אסטרטגי, התחשבות, סבלנות אמפתיה ופירגון, הפסד והצלחה והמון הנאה!

### מחיר

90 דק' 2 פעמים  
470 ש"ח

90 דק' 3 פעמים  
650 ש"ח

45 דק' 1 פעם  
210 ש"ח

45 דק' 2 פעמים  
280 ש"ח

90 דק' 2 פעמים  
470 ש"ח

60 דק' 1 פעם  
295 ש"ח

60 דק' 2 פעמים  
395 ש"ח

### יום ושעה

#### טניס תחרותי

ימים ב', ה'  
16:00-17:30

יום ג'  
15:00-16:30

#### טניס חברתי

ימים א', ב', ד', ה'  
17:30-18:15

18:15-19:00

ימים א', ד'  
חברתי כפול  
19:00-20:30

#### מבוגרים

ימים ב', ה'  
19:45-20:45

### מדריך/ה

להב לוסקי

## טניס



טניס הוא ענף ספורט מהנה, חוויתי, המתאים לכל גיל ובעל השפעה חיובית על היבטים פסיכולוגיים, חברתיים ובריאותיים. החוג בהובלת מרכז הטניס הישראלי.

# ספורט

## טניס שולחן



### מחיר

215 ש"ח

215 ש"ח

### יום ושעה

#### יום ב'

כיתות א'-ו'  
14:00-15:30

#### יום ה'

נוער ובוגרים  
20:30-22:00

### מדריך/ה

הרשתות  
הכחולות

טניס שולחן מזמן לחניכים חוויה רב תחומית: התפתחותית, חינוכית חברתית, מאתגרת מהנה ובריאותית.

### מחיר

330 ש"ח

100 ש"ח

### יום ושעה

#### ימי ב' + ה'

נוער  
18:30-20:30

בוגרים  
20:30-23:00

### מדריך/ה

דביר ארג'ואן

## פוטבול



משחק הספורט האמריקאי האהוב פועל במזכרת בתיה! מועדון הסילברבקס גאה לאמן את קבוצת הנוער המקומית: "הגורילות". במסגרת החוג לומדים את יסודות וחוקי המשחק, מערכים ומהלכים, אסטרטגיות וטקטיקות הפוטבול, ניתוח משחקים, בניית הכושר הגופני ועבודת צוות. כל משתתף מתאמן עם ציוד פוטבול מלא. שתי הקבוצות של המועדון, הבוגרים והנוער, משתתפות בליגות הפוטבול בישראל.

## מחיר

פעם בשבוע  
160 ש"ח

פעמיים בשבוע  
215 ש"ח

180 ש"ח

פעם בשבוע  
180 ש"ח

פעמיים בשבוע  
230 ש"ח

2 פעמים בשבוע  
+ אקרובטיקה  
(ימי ג')  
300 ש"ח

פעם בשבוע  
180 ש"ח

פעמיים בשבוע  
250 ש"ח

330 ש"ח

## יום ושעה

**ימי ב', ג' ו-ה'**  
קפוארה גילאי 4-6  
17:00-17:45

קפוארה כיתות א'-ב'  
17:45-18:30

**יום ג'**  
אקרובטיקה כיתות ג'-ה'  
18:30-19:15

אקרובטיקה  
כיתות ו' ומעלה  
16:00-17:00

**ימי ב' ו-ה'**  
קפוארה כיתות ג'-ה'  
16:00-17:00

קפוארה כיתות ו'-ח'  
18:30-19:45

קפוארה כיתות ח' ומעלה  
+ אקרובטיקה (ימי ג')  
19:45-21:00

## מאמן

לב גינזבורג

## קפוארה



הקפוארה היא אומנות נפלאה המשלבת לחימה, מוזיקה ואקרובטיקה. השיעורים מועברים בצורה חווייתית, מאתגרת ומסקרנת ומועברים על ידי צוות מקצועי ומיומן.

# ספורט

## מחיר

## יום ושעה

## מאמנים

## לחימה משולבת

165 ש"ח

**יום ג'**  
גן חובה  
17:45-18:30

**אמיר כהן**  
**שאול ונונו**  
**גבע נגר**

165 ש"ח

**כיתה א'**  
18:30-19:15

220 ש"ח

**ימים א' + ד'**  
כיתות ב'-ג'  
18:00-18:45

220 ש"ח

**כיתות ד'-ו'**  
18:45-19:30

230 ש"ח

כיתות ז' ומעלה

320 ש"ח

אגרוף תאילנדי +  
לחימה משולבת  
**ימי א' + ד'**  
19:15-20:30  
19:30-20:30

+ עלות נפרדת  
לחליפה



לחימה משולבת הינה שיטת לחימה המשלבת קראטה מגע מלא, אגרוף תאילנדי וטכניקות בהגנה עצמית. חניכי לחימה משולבת מתחנכים למצוינות ודבקות במטרה ורוכשים כלים שיוכלו לקחת לחיים עצמם על מנת להתמודד עם כישלונות ונצחונות. במהלך האימונים החניכים עובדים על כושר גופני, גמישות, קואורדינציה, בד בבד עם חישול נפשי רכישת שליטה עצמית ובטחון עצמי גבוה.

## אגרוף תאילנדי



## מחיר

## יום ושעה

## מאמן

180 ש"ח

**יום ג'**  
19:15-20:30

**אמיר כהן**

# ספורט

## מחיר

1 פ"ש  
160 ש"ח

2 פ"ש  
215 ש"ח

2 פ"ש  
230 ש"ח

## יום ושעה

### יום ב'

גילאי 4-5  
17:30-18:15

### ימים ב' + ה'

כיתות א'-ב'  
16:45-17:30

כיתות ג'-ד'  
16:00-16:45

כיתות ה'-ו'  
יום ב' 18:15-19:15  
יום ה' 17:30-18:30

## מאמן

יוסי ליפרמן

## ג'ודו



ענף הספורט האולימפי מספר 1 בישראל! ג'ודו משפר מיומנויות פסיכומטריות - קואורדינציה ושיווי משקל, כושר גופני וביטחון עצמי. ההשתתפות בג'ודו היא לבנים ולבנות ומקנה יכולות להגנה עצמית.

התשלום לחוג אינו כולל חליפה וחגורה. לרכישה יש לפנות ישירות למאמן החוג.

## מחיר

160 ש"ח  
+ עלות נפרדת  
לחליפה

## יום ושעה

### יום ג'

גילאי 4-6  
17:00-17:45

טרומ חובה  
17:00-17:45

חובה  
17:45-18:30

כיתה א'  
18:30-19:15

## מאמן

אמיר כהן

## ג'ימבוקיק



שיטת ג'ימבוקיק - שילוב יסוד אומנויות הלחימה (לחימה משולבת) עם משחקים ומיועדת לגילאי 4-6. אימון להתמדה בפעילות, הענקת תחושת הישג, חיזוק ההערכה העצמית והדימוי העצמי, הכרה חברתית ביכולות הילד מצד קבוצת השווים, הזדמנות ליצירת קשרים חברתיים, מוצא לפריקת אנרגיה עודפת באופן מקובל וחיזוק התנהגות חיובית.



## טקוואנדו



### מחיר

1 פ"ש  
160 ש"ח

2 פ"ש  
215 ש"ח

1 פ"ש  
190 ש"ח

2 פ"ש  
260 ש"ח

1 פ"ש  
180 ש"ח

2 פ"ש  
230 ש"ח

### יום ושעה

**ימי ב' ו-ה'**  
פעם או פעמיים  
בשבוע

גילאי 5-6  
17:30-18:15

כיתות א'-ב'  
18:15-19:00

כיתות ג'-ו'  
15:45-16:30

כיתות ז'+  
19:00-20:15

גילאי 18+  
20:15-21:15

### מאמן

**טל צ'ונה**

הטאקוונדו היא אומנות לחימה קוריאנית וספורט אולימפי. בחוג נלמד הגנה עצמית, והתמודדות עם מצבי לחץ. החוג מסייע בפיתוח הגמישות, הקואורדינציה בין כל חלקי הגוף והראייה המרחבית תוך חיזוק הביטחון העצמי והמשמעת. האימונים מיועדים לכל הרמות, החל מגיל 4 ועד הגיל השלישי ומלווים במאמנים מהשורה הראשונה, בוגרי מכון וינגייט.



## קראטה

האקדמיה לשוטוקאן קראטה קלאסי בשיתוף עם מרכז קהילתי מפגשים מזכרת בתיה.

בניהולו והדרכתו של הנרי קנדיטן: חגורה שחורה דאן-7, אלוף העולם WTKA איטליה 2006, סגן אלוף עולם 2013 איטליה WTKA.

מאמן בכיר בעל הסמכה בינלאומית ובעל מעל 40 שנות נסיון באמנויות לחימה.

מדריכים מוסמכים:

**שחם טמיר** (דאן -3) אלוף ישראל ואלוף המכביה.

**שיראל קנדיטן** אלופת ישראל.

האקדמיה לקראטה משלבת בין קראטה הישגי ספורטיבי אשר ספורטאים רבים נמנים בשורות נבחרת ישראל הלאומית, בעלי הישגים רבים בארץ ובזירה הבינלאומית, לבין קראטה מסורתית אשר שואף לשלמות אופי לחיזוק של גוף והנפש, לפיתוח ביטחון עצמי ודימוי עצמי.

לפרטים והרשמה  
הנרי קנדיטן: 054-4427645



## מחיר

ילדים עד גיל 11  
470 ש"ח

ילדים מעל גיל 12  
520 ש"ח

## יום ושעה

### יום א'

שחייה  
15:45-16:45

ריצה (לכולם)  
17:00-18:00

### יום ד'

שחייה 15:45-16:45

ריצה  
(יום נוסף לגילאי 12+)  
17:00-18:00

### יום ו'

13:30-14:30  
רכיבה על אופניים

## טריאתלון



## מאמנים:

**ניר יגודה**, טריאתלון, מאמן שחייה בכיר ומאמן טריאתלון עם הכשרה מוינגייט. ניר ינהל מקצועית את הטריאתלון במזכרת בתיה. עם ניסיון של שנים רבות באימון ילדים וספורטאים רבים.

**איתמר אלסטר**, ספורטאי עילית בעברו, אלוף ישראל לעילית שנת 2018, סגן אלוף ישראל 2019. חבר נבחרת ישראל שנים רבות. מדריך טריאתלון מוסמך מביה"ס שיאים.



טריאתלון עממי ותחרותי המשלב בתוכו 3 ענפי ספורט - שחייה, רכיבה על אופניים וריצה. האימונים נערכים בקבוצות לפי גיל ורמה, בין 4-6 אימונים בשבוע. קבוצת צעירים 8-11 קבוצת בוגרים 12+.

האימונים מקנים הרגלים וערכים, שימשו את המתאמנים בכל קבוצות הגיל, בין אם יעסקו בספורט כתחביב או מקצוע.

כמו כן מסייעים בפיתוח קואורדינציה, גמישות, כוח, סבולת אירובית ואנאירובית, טכניקות שחייה, רכיבה וריצה נכונים העוזרים במניעת פציעות, טיפוח הישגיות מחד והכלת תיסכול מאידך, פיתוח התנהגות ספורטיבית והגינות בספורט.

## שחיה אומנותית



שחייה אומנותית הינו ענף ספורט אולימפי המשלב בתוכו שחייה וריקוד במים. בנוסף הוא מפתח יכולות של כושר גופני, קואורדינציה, חוש קצב ומוסיקה.

בשנים האחרונות מזכרת בתיה נחשבת כאגודה הבכירה ביותר בישראל וזוכה באופן קבוע באליפויות ישראל בכל הגילאים.

החוג מתאים לבנים ובנות, מגיל 5-8, גם ללא ניסיון שחייה קודם!

במהלך החוג יועברו לימודי שחייה, אקרובטיקה ובלט. הקבוצות השונות מותאמות לכל הרמות.

### מחיר

735 ש"ח

### יום ושעה

**נבחרת בוגרת**  
ימים א' - ו'

### מדריך/ה

**אלינה ורקוטה**

**נבחרת צעירה**  
ימים א' - ו'

735 ש"ח

### גילאי 8-10

יום ב' 18:00-18:45

יום ד' 17:15-18:00

יום ו'

390 ש"ח

12:30-13:15 אימון מים

13:15-14:00 אימון בלט

### גילאי 5-7

יום ב' 18:00-18:45

יום ו'

310 ש"ח

12:30-13:15 אימון מים

13:15-14:00 אימון בלט

600 ש"ח

### עתודה

ימי א', ב', ג', ה', ו'



# ביה"ס לשחיה - מפגשים במים

מנהלת: נורית משיח



שחיה

## מציע לכם את הטוב ביותר!

### לימודי שחייה:

מקנים מיומנויות כגון: ציפה, צלילה וסגנון שחייה קלאסי.

### חוגי שחיה:

משפרים יכולות השחייה ומלמדים סגנונות נוספים. שחייה הוא אחד מענפי הספורט המומלצים ביותר כספורט פנאי לכל הגילאים, מפתחת את הנשימה, מערכת לב ריאה, מחזקת את קבוצות השרירים העיקריים וזאת מבלי לפגוע במפרקים. שחייה מחזקת את חגורת הכתפיים, משפרת את הריכוז והתפקוד אצל ילדים ומבוגרים.

### מאסטרס:

קבוצת שחייה למתחילים שחלמו ללמוד לשחות ואו לשפר את סגנונם ולא היתה להן את האפשרות.

### ספיישל אולימפיק:

קבוצה המאפשרת לכל ספורטאי עם צרכים מיוחדים ללא הבדל במגבלות שלו להשתתף באימונים ובתחרויות בהתאמה להישגיו.

### מחיר

### יום ושעה

שיעור פרטני  
בתיאום ישיר מול  
המדריך

145 ש"ח

קורס שחייה  
12 שעורים

920 ש"ח

שחיה ספיישל  
אולימפיק

125 ש"ח

שיעור פרטני זוגי

100 ש"ח למשתתף

חוג שחייה  
פעם בשבוע

200 ש"ח

חוג שחייה  
פעמיים בשבוע

290 ש"ח

חוג שחייה  
3 פעמים בשבוע

320 ש"ח

הידרותרפיה

500 ש"ח  
(עם התחייבות ל-3  
חודשים)  
ללא התחייבות:  
145 ש"ח למפגש



# ספורט



## שיעור משולב TRX | TABATA HIIT

מחיר

220 ש"ח

יום ושעה

ימי ב' + ד' 18:30

מדריך/ה

גלי טיקטין

שיעור עוצמתי ואנרגטי המכיל כושר אירובי וכושר שרירי תוך כדי שימוש בטכניקות ובפיתוחים המובילים בענף כגון HIIT, TABATA ו-TRX. את השיעורים מלווים מוזיקה קצבית ואביזרים תואמים

## פילאטיס מזרן



מחיר

220 ש"ח

יום ושעה

ימי ב' + ד' 19:30

מדריך/ה

גלי טיקטין

פילאטיס מסייע בחיזוק השרירים (בעיקר שרירי הליבה), הגמשת המפרקים להקלה בביצוע פעולות יומיומיות, שיפור טווח תנועה, והגברת זרימת הדם המקלה על הלחץ במפרקים.

מחיר

220 ש"ח

יום ושעה

ימי ב' + ד' 20:30

מדריך/ה

גלי טיקטין

אזהרה: שיעור קשוח וממכר! שיעור אנרגטי עם כל מרכיבי הכושר הגופני, שימוש בטכניקות מגוונות בענף כגון HIIT, TABATA ו-POWERCORE, TRX את השיעורים מלווים מוזיקה קצבית ואביזרים תואמים.

## POWER SHAPE לנשים



# ספורט

## התעמלות לנשים אחרי לידה

מחיר

150 ש"ח

יום ושעה

יום א'  
19:30

מדריך/ה

גלי טיקטין

זה הזמן להשקיע בעצמך ולהתמסר לשעת בריאות הכוללת טיפול בלחץ הנפשי והפיזי. בואי נפגש ונחזק את שרירי הבטן ורצפת האגן (במיוחד אחרי ניתוח קיסרי) תוך שימת דגש על שרירי גב רוחביים ואורכיים. הזדמנות נפלאה לפנק את עצמך ולמלא את הגוף באנרגיה חיובית ומצב רוח טוב.



## התעמלות גברים לגיל 50+

מחיר

150 ש"ח

יום ושעה

יום א'  
20:30

מדריך/ה

גלי טיקטין

הי, אתה! עכשיו זה הזמן להתחיל לפתח ולטפל בכל מרכיבי הכושר הגופני שלך! אירובי, סיבולת לב ריאה, פיתוח כוח שרירי, גמישות, שיווי משקל, מוביליות תנועתית ושמירה על חיוניות הגוף. בחוג נשתמש באביזרים, משקולות, bodybar, גומיות כוח וכדורי כוח, ונספק לך מידע תזונתי המותאם לצרכיך.



# הגיל הפעיל

## מחיר

1 פעם בשבוע  
90 ש"ח

2 פעמים בשבוע  
125 ש"ח

90 ש"ח

90 ש"ח

## יום ושעה

ימי א' ו/או ג'  
התעמלות  
קבוצה מעורבת  
7:30-8:20

התעמלות נשים  
8:30-9:20

יום ה'  
שיווי משקל  
8:15-9:00

פילאטיס  
9:00-9:45

## מדריך/ה

גלי טיקטין

## פעילים עם גלי



## המסלול הכי משתלם!

145 ש"ח

התעמלות + שיווי  
משקל/פילאטיס  
פעמיים בשבוע

180 ש"ח

התעמלות + שיווי  
משקל/פילאטיס  
3 פעמים בשבוע

**התעמלות** המיועדת לגיל הפעיל (בני 60+) תוך שימוש בתרגילים מותאמים אנטומית ופיזיולוגית לגיל זה. דגש על יציבה, טווחי תנועה ואיכות תנועתית יומיומית. פעילות המשלבת מרכיבי כוח, גמישות, חיזוק שרירי הליכה, שיפור פעילות מערכת לב-ריאות. שימוש באביזרים מגוונים וייחודיים.

**חוג שיווי משקל** מסייע במניעת פציעות ושברים רציניים כתוצאה מנפילות. לחוג מתלווים ציוד ואביזרים ייעודיים.

**שיטת הפילאטיס** היא הדרך הפשוטה והעדינה ביותר לשמור על כושר מבלי לגרום נזק לעמוד השדרה ולמפרקים. התרגילים הייחודיים מגדילים את טווחי התנועה של המפרקים ומשפרים את שיווי המשקל ואת הביצועים הגופניים.





# הגיל הפעיל

## טניס שולחן



מחיר

40 ש"ח

יום ושעה

יום ב'  
9:00-10:30

מדריך/ה

רחל שחם

טניס שולחן משפר את הכושר הגופני, שיווי המשקל, וההתמצאות במרחב, משפר את מהירות התגובה ומגדיל את טווחי התנועה של המפרקים. החוג מיועד לבעלי ניסיון משחק בעבר, וכן לבעלי גישה למשחקי כדור.

**1+1 על החוגים  
בדף זה!**  
נרשמים לשני החוגים  
ומשלמים רק על חוג אחד!

מחיר

40 ש"ח

יום ושעה

יום ב'  
9:00-10:30

מדריך/ה

זהבה מלוכנא

משחק ידידותי, קל ופשוט. מתאים לכל גיל ולכל מצב גופני. מספק פעילות גופנית ומסגרת חברתית מהנה.

## כדורשת



# הגיל הפעיל

## מחיר

2 פ"ש תושב  
220 ש"ח

2 פ"ש ת.חוץ  
230 ש"ח

1 פ"ש תושב  
145 ש"ח

1 פ"ש ת.חוץ  
155 ש"ח

## יום ושעה

**ימי ב' ו/או ד'**  
פעם או פעמיים  
בשבוע

8:00-9:50

## מדריך/ה

**קטרינה רוטדמסקי**

## התעמלות במים



החוג מאפשר התעמלות אקטיבית במים תוך הגנה מירבית למפרקים. הדרך המושלמת לשיפור סיבולת לב-ריאה, גמישות ויציבה.

חיזוק שרירים ועיצוב וחיטוב הגוף באמצעות ההתנגדות הפאסיבית של המים. חוויה בלתי נשכחת והיעדר עייפות לאחר האימון. מומלץ לבעלי בעיות גב, יציבה וקואורדינציה, אוסטאופורוזיס והשמנת יתר. מתאים לכל אחד ואחת ולכל הגילאים, אין חובה לדעת לשחות.

## התעמלות בונה עצם



## מחיר

90 ש"ח

## יום ושעה

**יום ד'**  
8:00-9:00

## מדריך/ה

**שלומית צור**

החוג משלב אלמנטים משיטות מגוונות, עם דגש על מתיחות. מלמד הפעלת הגוף תוך למידה ומודעות לעבודה נכונה. תורם לחיזוק שרירי רצפת אגן, יציבה נכונה ושיווי משקל, שימור וחיזוק מסת עצם.

# הגיל הפעיל

## פלדנקרייז

### מחיר

1 פ"ש ת.חוץ  
110 ש"ח

1 פ"ש תושב  
90 ש"ח

2 פ"ש ת.חוץ  
150 ש"ח

2 פ"ש תושב  
125 ש"ח

3 פ"ש ת.חוץ  
220 ש"ח

3 פ"ש תושב  
180 ש"ח

### יום ושעה

**יום א'**  
7:30-8:20  
8:30-9:20

**יום ג'**  
7:30-8:20

**יום ה'**  
9:20-10:10

### מדריך/ה

רוני וידרמן

תרגול תנועתי ליצירת הקלה בכאבי גב ומפרקים, הרחבת טווחי התנועה, הקניית הרגלי תנועה בריאים, שיפור היציבה והעמקת המודעות הגופנית.



### מחיר

1 פ"ש  
90 ש"ח

2 פ"ש  
125 ש"ח

### יום ושעה

**ימי א' ו/או ג'**  
פעם או פעמיים  
בשבוע

מעורב  
נשים וגברים  
7:45-8:30

נשים  
8:30-9:20

### מדריך/ה

מיכל ראובן

## התעמלות בגישה טיפולית

החוג מתקיים בישיבה על כסאות ובעמידה. החוג מיועד לחיזוק הגוף בדגש על שרירי הליבה, תרגול נשימה נכונה, שיפור שיווי המשקל וטווחי התנועה ומניעת אוסטאופורוזיס. אפשרות לרישום ליום נוסף תפורסם בהמשך.



# הגיל הפעיל

## צילום



מחיר

30 ש"ח  
לחודש

יום ושעה

יום ו'  
(אחת לשבועיים)  
8:00-12:00

מדריך/ה

אריאל מנור

חוג להקניית מושגי יסוד והתנסות בצילומי טבע. מיועד לבעלי ידע בסיס בצילום.

מחיר

25 ש"ח

יום ושעה

יום א'\*  
12:15-13:15

מפגש חברתי המיועד לבעלי ידע בסיסי בשפה. מציע מסגרת חברתית מהנה לתרגל את השפה המיוחדת.

\* מועד פתיחת החוג יפורסם בהמשך.

## אידיש



מחיר

35 ש"ח

יום ושעה

יום ג'  
מתחילים  
9:00-10:30

מדריך/ה

ציפי פז

35 ש"ח

מתקדמים  
10:30-12:00

במסלול המתחילים נרכוש ידע ויכולת לקיים תקשורת בסיסית באנגלית. מסלול המתקדמים מיועד לבעלי ידע בסיסי באנגלית המעוניינים לשפר אוצר מילים ומבטא.

## אנגלית



# הגיל הפעיל

## ברידג'



### יום ושעה

**יום א'**  
מתחילים  
8:30-11:00

**יום ה'**  
מתקדמים  
9:30-12:00

### מדריך/ה

**יאיר מילוא**

ברידג' הוא משחק מחשבה הדורש לימוד ותירגול המפתח זיכרון ומיומנויות חברתיות. ברידג' מתאים לכל גיל ומהווה גם מפגש חברתי מהנה.

לפרטים והרשמה  
ציפוי: 052-3654276

### מחיר

גיל פעיל 60+  
85 ש"ח

צעירים  
150 ש"ח

לחוג יתווסף  
תשלום חודשי  
ע"ס 15 ש"ח  
לחומרים

### יום ושעה

**יום ג'**  
9:30-11:00

### מדריך/ה

**חיה זנו**

## שילוב אמנויות



החוג מציע אתנחתא של יצירה בשילוב חברה נעימה. חוויה וצבע, פיסול בחומרים שונים, חרוזים, מיחזור, עבודות תלת מימד ועוד.

## הספרייה הציבורית במזכרת בתיה

קרן היסוד 8 | טלפון: 08-934-8826

הספרייה היא בית חם לאוהבי הקריאה, הספרות, היצירה והתרבות, וכוללת אגף ילדים, נוער, מבוגרים ועיון.

הספרייה פתוחה עבורכם בימי א', ב', ג', ו-ה' בין השעות 16:00-18:30

ובימי ג' ו-ו' בין השעות 9:00-12:00

במהלך השנה יתקיימו בספרייה חוגים שעוסקים בשפה, יצירה ופיתוח הדמיון. חוגי הספרייה יפתחו לאחר חגי תשרי | הרישום יתבצע באתר מפגשים.



### כתיבה יוצרת לילדים



#### מחיר

180 ש"ח

#### יום ושעה

יום ד'  
כיתות ג'-ד'  
16:00-17:00

#### מדריך/ה

מאיה בר-מוחה  
גוזלי  
כותבת ומאירת  
ספרי ילדים,  
תסריטאית  
ויוצרת

חויית הכתיבה היא מסע מעצים ומרגש שמוביל אותנו להפליג על כנפי הדמיון ולבקר בעולמות קסומים. בחוג נלמד להפוך רעיון לסיפור. נבנה עלילה, נשלב דמויות, נלמד מילים חדשות ונעשיר את עולמנו בצבע ודמיון.

# תרבות בקהילה

## כתיבה יוצרת לנוער

מחיר

200 ש"ח

יום ושעה

יום ד'

כיתות ז'-ח'  
17:30-18:30

מדריך/ה

**אייריס פיפר**  
מנחה בכירה של  
סדנאות כתיבה  
יצירתית (מדיטק  
חולון, אגף  
החינוך ר"ג ועוד).



החוג מיועד לבעלי דמיון יצירתי שמגלים עניין בכתיבה. ביחד נכתוב, נמחק, נקריא, נשתף בחוויות, נפרגן ונתקן - והכל באווירה שמחה, חיובית וחברית. נתנסה בכתיבת מגוון של סוגות ספרותיות כך שכל כותב יוכל למצוא את קולו הייחודי. קסם הכתיבה מתרחש באמצעות משימות כתיבה מאתגרות והנחייה יצירתית.

## כתיבה יוצרת למבוגרים



## דרכי הסיפור הקצר

מחיר

280 ש"ח

יום ושעה

יום ג'  
מבוגרים  
19:30-21:00

מדריך/ה

עינת יקיר

הסדנה מיועדת לכותבים הרוצים להיחשף אל אמנות הסיפור הקצר, להבין את הכלים והמנגנונים המאפיינים את המדיום ולהתנסות בתרגול נושאי מפתח שונים כמו סוגי מספרים, דיאלוג בתוך טקסט, הדמות והמרחב התיאורי, ועוד. בסדנה יקראו המשתתפים ממיטב הספרות המודרנית והקלאסית, העברית והמתורגמת, ידונו בה, ויתנסו בכתיבת סיפורים, במשוב עליהם ובאופני העריכה המגוונים העומדים לרשותם.

תנחה את הסדנה עינת יקיר, כלת פרס ראש הממשלה לספרות וזוכת הסיפור הקצר של עיתון הארץ. פרסמה עד כה שלושה ספרי פרוזה ושישה ספרי ילדים. עורכת, מתרגמת ומנחת סדנאות כתיבה במסגרות רבות ומגוונות.

# תרבות בקהילה

מחיר

יום ושעה

מדריך/ה

יום ב'

אריק מורדון

250 ש"ח

18 פלוס  
20:00-21:30

אם תמיד בער בכס חיידק הבמה, בואו הצטרפו אלינו לאנסמבל התיאטרון הקהילתי של מזכרת בתיה! הצטרפו לקבוצה של אנשים מדהימים ובמאי מוכשר. החוג מאפשר לתת דרור לדמיון, ליצירתיות ולפתח כישרונות חבויים הגלומים בכל אחת ואחד!

תאטרון



בת קול



צילום: אמיר חדד

בת קול - חבורת הזמר הייצוגית מזכרת בתיה  
בניהולה האמנותי של הדר זלטין

חבורת הזמר הייצוגית בת קול, מזמינה חברים וחברות שאוהבים לשיר, לרגש ולהתרגש להצטרף אלינו. לשיר ולהופיע במושבה שלנו לשיר ולהופיע גם במקומות אחרים ובעיקר אנחנו אוהבים אנשים וביחד אנחנו חבורה מוסיקלית שכזאת.

נפגשים בימי שלישי, בשעה 20:30, במרכז הקהילתי "מפגשים".

להקת המחול "הילולי אדר" הלהקה הייצוגית של מזכרת בתיה. בניהולה האומנותי של הכוריאוגרפית סילבי נאמן.

הלהקה מופיעה בארועי תרבות מרכזיים של הישוב ומייצגת את מזכרת בתיה כל שנה בפסטיבלי מחול יוקרתיים ברחבי הארץ ואף בכל העולם!

הלהקה פועלת בימי ד' בשעות 20:30-23:00 במרכז קהילתי מפגשים. מיועדת לגילאי 25 ומעלה, בעלי רקע תנועתי בסוגי המחול, התעמלות אמנותית ואמנויות לחימה.

הילולי  
הדר



צילום: אמיר חדד

לפרטים נוספים  
סילבי: 052-2447234



## תקנון חוגים לשנת הפעילות תשפ"א 2020-2021

אנו מברכים אתכם על הצטרפותכם לחוגי המרכז הקהילתי "מפגשים" מזכרת בתיה!

- חוגי הספורט והמוסיקה יפעלו החל מה-1.9.20 ויסתיימו ב-31.7.21 (11 חודשי פעילות). (בחודש יולי יתכנו שינויים בשעות פעילות החוגים).
  - חוגי השחייה בלבד יפעלו החל מה-1.9.20 ויסתיימו ב-30.6.21 (10 חודשי פעילות).
  - חוגי הפנאי יפעלו החל מה-1.9.20 ויסתיימו ב-30.6.21 (10 חודשי פעילות).
  - בחוגים הפועלים תחת כיפת השמים (כגון: טניס, כדורגל, טריאתלון ואילוף כלבים), יתכנו שינויים בשעות החוג בחודש יולי. הודעה בדבר שינוי בשעות החוג תימסר לכל המאוחר ב-1.6.21.
1. ההרשמה לחוגים כרוכה במילוי טפסים והיא תעשה אך ורק במזכירות או באתר המרכז הקהילתי. אין אפשרות להשתתף בחוג ללא מילוי טופס רישום, חתימה על תקנון, הסדרת התשלום מראש וחתימה על הצהרת בריאות.
  2. מחירי החוגים משוקללים וכוללים חישוב בגין ימי חופשה ומועדים, מובהר בזאת כי לא יבוצעו החזרי תשלומים כלשהם בגין ימי חופשה ומועדים. בימי שבתון לא יוחזר שיעור ו/או ינתן החזר תשלום.
  3. הטבות והנחות: לתשומת לבכם, הטבת מבצע (אם יש) מתבטלת רטרואקטיבית במקרה של ביטול השתתפות. זכאים להנחות רווחה תושבי מזכרת בתיה בלבד.
  - עבור חוג שני לילד ו/או חוג שלישי למשפחה תקבל המשפחה 5% הנחה (ההנחה תחול על החוג הזול ביניהם).
  - ההנחות לא כוללות: שיעורים פרטניים ולימודי שחייה, מאמאנט, ליגות, נבחרות, להקות, מסלולי חוגים במרכז למחול, קורסים ואימוני תגבור ופעילויות מסובסדות.
  4. הסדרי תשלומים: התשלום לכל פעילויותינו מתבצע באמצעים הבאים:
    - בכרטיס אשראי: בתשלומים חודשיים.
    - הוראת קבע: הורי התלמיד יחתמו על הוראת קבע לתשלום שכר לימוד (הסכום ינוכה מחשבון הבנק ב-8 או ב-20 לכל חודש).
    - 5. בקשות לביטול השתתפות בחוג:
      - יש למלא טופס בקשה לביטול חוג באתר האינטרנט/במזכירות המרכז הקהילתי "מפגשים", לא יאוחר מה-30 לכל חודש, עבור החודש הבא אחריו.
      - ביטול השתתפות בחוגים (ובחוגי הספורט לחודש יולי) יתאפשר עד ה-30.4.21. החל מה-1.5.21 לא יינתן החזר כספי. ניתן לבחור בחוג אחר במקום החוג אותו ברצונכם לבטל.
      - המרכז הקהילתי לא ייענה לבקשת ביטול בדיעבד, גם אם לא הייתה השתתפות פעילה בחוג.
      - לא יינתנו החזרי שיעורים או החזרים כספיים בגין היעדרות המשתתף. ההשתתפות בחוג בחלק מהחודש מחייבת תשלום עבור חודש מלא.
      - הודעת פרישה למדריכי החוגים אינה פוטרת מהודעה רשמית למרכז הקהילתי באמצעות טופס ביטול.
      - שיעור המתבטל עקב היעדרות המדריך יוחזר במועד אחר בתיאום עם המשתתפים.
      - שיעורי החזר פרטניים במוסיקה עקב ביטול התלמיד יינתנו רק במקרה של מחלה (בהצגת אישור רפואי) ותוך הודעה למורה עד ערב לפני השיעור. זאת עד פעמיים בשנה.
  6. לידיעתכם:
    - פתיחת חוג מותנית במספר מינימום של נרשמים.
    - תעשה גבייה נפרדת ומראש ע"י המרכז הקהילתי, עבור ביגוד, אביזרים, חומרים שונים, הופעות, נסיעות וכנסים ותחרויות.
    - מרכז קהילתי "מפגשים" רשאי לשנות את מועדי החוגים, את מבנה הקבוצות והמדריכים בהתאם לשיקולים מקצועיים ובהודעה מראש להורים.
    - ההנהלה רשאית להפסיק השתתפותו של משתתף שאינו עומד בתשלומים.
    - ההנהלה רשאית להפסיק השתתפותו של משתתף אשר מפריע למהלך התקין של הפעילות ואינו נשמע להוראות המדריך וצוות המרכז הקהילתי או פועל בצורה אלימה ו/או הרסנית כלפי רכוש וציוד.
    - משתתפי המרכז הקהילתי "מפגשים" מבוטחים בהתאם לנהלים ולהמלצות של החברה למתנ"סים.

7. לוח חופשות:

התחלת פעילות: 1.9.20

ערב ראש השנה: 18.9.20

ראש השנה: 20.9.20

ערב יום כיפור: 27.9.20

יום כיפור: 28.9.20

ערב סוכות: 2.10.20

חווה"מ סוכות: 4-8.10.20

ערב שמחת תורה: 9.10.20

פסח: 28.3-3.4.21

ערב יום השואה 7.4.21 - פעילות עד שעה 19:00

ערב יום הזיכרון לחללי מערכות ישראל 13.4.21 - פעילות עד שעה 19:00

יום העצמאות: 15.4.20

ערב שבועות: 16.5.21

שבועות: 17.5.20

ט.ל.ח

8. שינויים לאור הנחיות משרד הבריאות עקב משבר הקורונה:

- האמור בתקנון כפוף לשינויים אשר עלולים לחול על פי הנחיות משרד הבריאות עקב משבר הקורונה.
  - מובהר בזאת כי ככל ובהתאם להנחיות של רשות מוסמכת תימנע האפשרות מלקיים את הפעילות במתכונתה המקורית בשנת הפעילות תשפ"א, על המשתתף יהיה לעקוב אחר ההנחיות ולפעול לפיהן.
  - לא ניתן לקיים שיעורי ניסיון. על המשתתף להיות רשום עם תחילת פעילות החוג כחלק מהקפסולה של החוג.
  - המרכז ערוך להפעלת מערך פעילות חלופי ולספק מענה פרטני או קבוצתי בעת הצורך (בידוד ו/או סגר) על כן, לא ינתנו זיכויים ולא יתקבלו בקשות ביטול לאור סיבות אלו.
-

## הורות בסלון



**אם אתם עוסקים בתחומי החינוך, ההורות והקשר בין הורים לילדים - אנחנו מחפשים אתכם!**

מיזם הורות בסלון הינו מיזם של מפגשים (בסלון או בזום) בנושאים העוסקים בהעמקת הקשר בין הורים לילדים, כחלק מתוכנית ההורות היישובית לה שותפים: המועצה המקומית, המשרד לחינוך וקידום קהילתי, הרשות לביטחון קהילתי למאבק באלימות, בסמים ובאלכוהול והנהגת ההורים היישובית.

המיזם יתקיים במזכרת בתיה זו הפעם הראשונה, ואנו מזמינים אתכם, תושבים העוסקים בתחום ומעוניינים להתנדב להעברת מפגש.

לפרטים נוספים ניתן לפנות לנורית כלפון, מנהלת הרשות לביטחון קהילתי.

בטלפון: 08-9371164  
או במייל: [nuritc@mbatya.org.il](mailto:nuritc@mbatya.org.il)

**נראה בסלון!**





شركة  
المراكز الجماهيرية  
أدم - كهילה - حبرة  
החברה  
למתגייסים  
אדם - קהילה - חברה

# שמרו איתנו על קשר!

מרכז קהילתי מפגשים

שד' אליהו 2 מזכרת בתיה

טלפון: 08-9371001/2/3 | פקס: 08-9349893

מייל: [info@mazkeretba.matnasim.co.il](mailto:info@mazkeretba.matnasim.co.il)

פייסבוק: @mifgsim

