

חוגים ופעילויות

ברשת המתנ"סים קריית ביאליק
ובמרכזים העירוניים

2019-20
תש"פ



תושבים יקרים,

אני שמח להציג בפניכם את המגוון הרחב של פעילויות התרבות והספורט, החוגים, הקורסים והסדנאות שיעמדו לרשותכם בשנה הקרובה בעירנו היפה מכולן.

קריית ביאליק היא עיר שוחרת תרבות שתושביה נהנים מאיכות חיים גבוהה והיצע עשיר של פעילויות והשנה בסימן 85 שנה להיווסדה.

עירנו היא מוקד משיכה תרבותי אזורי: פסטיבל ביאליק לשירה וספרות הפך לשם דבר, מופעים, הצגות, קונצרטים ואירועים המאפשרים לכל אחת ואחד מכם למלא את שעות הפנאי וליהנות מההיצע המגוון. שאיפתנו היא שכל תושבי העיר, קטנים וגדולים, צעירים ומבוגרים כאחד ימצאו מענה לנטיות ליבם. אני מאחל לכולנו שנה טובה של פעילות מהנה, פורייה, מעשירה ומוצלחת.

שלכם באהבה,



אלי דוקורסקי
ראש העיר

תושבים יקרים,

אנו עומדים בפתחה של שנת פעילות ועשייה חדשה, ושמחים להגיש לכם את חוברת החוגים והפעילויות של רשת המתנ"סים קרית ביאליק.


התוכנית נבנתה כך שיהיה מגוון פעילות גדול ככל האפשר אשר כל תושב ותושבת יוכלו למצוא עניין בו. אני מודה לראש העיר מר אלי דוקורסקי על שיתוף הפעולה בעשייה הקהילתית, ותמיכתו ללא סייג ברשת המתנ"סים. אני מודה גם לכל חברי הוועד המנהל, אשר מקדישים בהתנדבות מניסיונם ומרצם לטובת הפעילות הקהילתית.

בשמי ובשם צוות המתנ"ס אנו מאחלים לכם שנה עשירה בלמידה, בתרבות ובהתפתחות אישית. מודה לכם על הבעת האמון בלקיחת חלק בפעילויות השונות במהלך השנה החולפת, ומצפה לראותכם השנה.



עמיר מס
יו"ר הנהלת רשת המתנ"סים

תושבים יקרים,
רשת המתנ"סים דואגת לעדכן ולשמור על קשר באמצעות מספר מדיות:

פייסבוק: רשת המתנ"סים קריית ביאליק 

אינסטגרם: matnasbialik 

האתר שלנו: www.mqb.org.il

בנוסף ניתן ליצור קשר:

* **מנהלת שלוחות ותוכן:** עדי מעוז 04-9128341, adi@qb.matnasim.co.il

* **מנהלת מתנ"ס דן:** חן אבני ויטן 04-8751365

* **מנהלת מתנ"ס צור שלום:** יפית סויסה מלכה 04-8779355

* **מנהלת בית לגדול טוב:** אושרה וקסלר 04-8779355

* **מנהלת מתנ"ס עופרים:** כרמלה כהן 04-8715966

* **מנהלת מתנ"ס רקפות:** אילנית רביד 04-8623848

לפניות הציבור ונושאים נוספים ניתן לשלוח מייל: kiryatbialik@matnasim.org.il

מדיניות תשלומים, נהלים, החזרים והנחות



תושבים יקרים:

- על מנת שנוכל לשרת אתכם ביעילות ובנאמנות, הנכם מתבקשים להקפיד ולקרוא בעיון את נהלי הרישום והתשלום הבאים:
1. שנת הפעילות במתנ"ס מתקיימת בין החודשים ספטמבר עד יוני, למעט ערבי חג, ימי חג, ימי זיכרון וחול המועד פסח מחירי החוגים מחושבים עפ"י עלויות הביצוע בפועל. החופשות בחגים שבהן אין פעילויות, כמפורט בלוח החופשות, נכללות בעלות החוג.
 2. השתתפות בפעילות, מותנת בתשלום מראש לכל השנה.
 3. המתנ"ס מתחייב למינימום של 35 שיעורים בשנת הפעילות בחוג חד-שבועי, ובמינימום של 70 שיעורים בשנת הפעילות בחוג דו-שבועי.
 4. ההרשמה לחוגים הינה הרשמה שנתית ולא יתאפשר תשלום חודש בחודשו.
 5. פתיחתו של חוג והמשך קיומו מותנה במספר מינימאלי של עשרה משתתפים.
 6. הנהלת המתנ"ס תהיה רשאית לפי שיקול דעתה לשנות ימים ושעות פעילות, לבטל או לאחד חוגים בהתחשבות מרבית במשתתפים.
 7. אי השתתפות בפעילות אינה משחררת את המשתתף מתשלום מלוא שכר הלימוד, למעט היעדרות שבועיים ומעלה רצוף באישור רכזאי או אישור חופשה.
 8. בגין היעדרות מדריך, יוחזר שיעור במועד אחר.
 9. לכל אחד הזכות לנסות חוג באופן חד פעמי בתחילת השנה. עלות שיעור ניסיון - 20 ₪, עלות שיעור ניסיון בבית לגדול טוב 10 ₪, מידה ובחר להמשיך יחויב באופן יחסי מתאריך תחילת החוג.
 10. משפחה אשר קיים חוב כספי למתנ"ס לא תורשה להירשם לפעילויות נוספות במתנ"ס עד להסדרת החוב.
 11. הנהלת המתנ"ס רשאית להפסיק פעילות של משתתף אם הוא פוגע בפעילות השוטפת.
 12. כניסה לחוג באמצע השנה מותנית באישור מדריך החוג ומנהל המתנ"ס.

ביטול השתתפות:

1. **בקשות לביטולים יטופלו אך ורק לאחר מילוי טופס ביטול בכתב במזכירות המתנ"ס, בכל מקרה חייב מבקש הביטול לוודא קבלת אישור ביטול. משתתף אשר לא יהיה בידיו טופס ביטול חוג מאשר ע"י המתנ"ס ייחשב כמי שהמשיך להשתתף בחוג וימשיך להגבות ממנו תשלום מלא. לא יעשו ביטולים בטלפון או דרך המדריך.**
2. **מועד אחרון להגשת בקשה לביטול חוג יהיה 30.3, בכל שנה, לאחר התאריך הנ"ל יחויב המשתתף עד סוף שנת הפעילות.**
3. העברה מחוג לחוג תתבצע אך ורק בתחילת חודש ובאישור מנהל המתנ"ס.
4. אין ביטול והחזר כספים רטרואקטיבית.
5. לכל חוג תיתכן קניית אביזרים, מופעים, אגרת מבחנים, תלבושות.
6. במידה וההרשמה לפעילות/קורס שאורכם עד 14 מפגשים לא ניתן יהיה לקבל החזר כספי/זיכוי בגין ביטול.
7. החזר כספי בגין ביטול/זיכוי תינתן אך ורק בשיק למוטב או הפקדה בנקאית לחשבון המשלם.
8. **כרטיסים לאירועים ניתן לבטל עד שבוע ימים לפני האירוע, לאחר מכן לא יינתן החזר כספי. הביטול יתבצע אך ורק במילוי טופס במזכירות המתנ"ס.**
9. משתתף שני במשפחה (מדרגה ראשונה) זכאי להנחה של 10% הנחה ושלישי ואילך יהיה זכאי ל-15% הנחה בפעילות/חוג הזולים מביניהם. אין כפל הנחות. ההנחות אינן תקפות לחוגים/פעילויות מסובסדים.
10. משפחות, רשאיות להגיש טופס בקשה, להנחה לחוגים/פעילויות. הנחות אינן כוללות השתתפות במעונות היום וצהרונים הגנים, אותן קובע משרד הכלכלה בלבד! (טפסי הבקשה יוגשו ישירות למשרד הכלכלה).



יוגה

חוג שאדו יוגה בהנחיית שגית גלמן תרגול תנוחות ומעברים שיפור ושליטה בגמישות וכוח הגוף, נשימה, תודעה ואנרגית הפראנה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	שלישי	20:00-21:00	שגית גלמן	₪ 140

פריסטייל

חוג בלט קלאסי לגילאי 5-7. יסודות הבלט הקלאסי. מעניק בסיס ללימוד מגוון סגנונות מחול, מפתח קצב וקורדינציה, גמישות, חיזוק שרירים, יציבה ומודעות גופנית.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גן חובה עד כיתה ב'	שני	18:15-19:00	שגית גלמן	₪ 140

דאנס פיט – ספורט והרזיה

ליטל פרגן, גורו הכושר. שעה של מסיבת כושר נשית ומטריפה. עולם הדאנס והאירובי המשלב את עולם הכוח, אימון המיועד לשריפת שומן מוגברת וחיטוב הגוף הנשי. שריפה של עד 800 קלוריות בשיעור! בנוסף לשיעור האירובי, שקילה אחת לשבוע ותפריט לדוגמא. *התפריט הינו כללי ולא לבעלי בעיות בריאותיות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	שני חמישי	20:00-21:00	ליטל פרגן	₪ 250

ג'ודו

ספורט אולימפי של אומנות לחימה יפנית המשלב סובלנות, קואורדינציה כללית, שיווי משקל, גמישות וחיזוק שרירים.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 180	מקסים וולין	18:30-19:15	ראשון שלישי	גן עד כיתה ב'
₪ 180	מקסים וולין	19:15-20:00	ראשון שלישי	ג+

TRX

אימון תחנות מגוון ואינטנסיבי המשלב רצועות TRX, מדרגות, מזרנים, משקולות ועזרים נוספים. אימון מחזורי העובד על כלל שרירי הגוף ומביא לחיזוק וחיטוב תוך זמן קצר.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 175	שי בר לב	19:00-19:45	ראשון שלישי	מבוגרים

מעופפי ביאליק

מעופפי ביאליק בהנהלת קרן גרשגורן, אלופי ישראל זוכי אליפות עולם בחוג התעמלות ואקרובטיקה תוך לימוד יסודות האקרובטיקה, ההתעמלות, אלמנטים של מעוף, פירמידות והופעות תוך עבודה על גמישות, כוח, עבודת צוות, משמעת עצמית ותיאום מוזיקלי.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 180	קרן גרשגורן	16:00-17:00	חמישי	כיתות ג'-ו'
₪ 180	קרן גרשגורן	17:00-18:00	חמישי	כיתות א'-ב'
₪ 180	קרן גרשגורן	18:00-18:45	חמישי	גנים





קראטה

חוג קראטה לפיתוח אומנות לחימה, ריכוז ומיקוד שליטה בהנחיית ארטיום גורסקי, דאן 4, אלוף ישראל, 3 פעמים אלוף עולם, 7 פעמים אלוף אירופה בקראטה מסורתי ואלוף המכבייה. משלב קואורדינציה, שליטה, חיזוק שרירים, גמישות ומשמעת עצמית.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
ילדי גן-ב'	שני חמישי	17:30-18:15	ארטיום גורסקי	180 ₪
כיתות ג'-ו'	שני חמישי	18:15-19:00	ארטיום גורסקי	180 ₪

קרמיקה

החיבור ליצירה והכיף שבעשייה, לימוד פיסול בחימר קרמי. שיטות עיצוב שונות, יצירת כלים שימושיים, יצירות חופשיות ופיסול דקורטיבי. שריפה בתנור וצביעה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 6-12	שלישי	17:30-18:30	אולגה סמליאנסקי	140 ₪
מבוגרים	רביעי	18:30-20:30	אליס עקיבא	220 ₪

פילאטיס

שילוב של פילאטיס לחיזוק גמישות ועיצוב הגוף ופעילות אירובית לחיזוק סיבולת לב ריאה ושריפת שומנים באווירה מקפיצה וכיפית.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	ראשון שלישי	20:00-21:00	צביה כהן	150 ₪

שחמט

בשיתוף עמותת גמביט. משחק השחמט הוכח ככלי המסייע בפיתוח כישורי חשיבה רבים. כגון: זיכרון, מיקוד, יכולת ניתוח, והיכולת לתכנן מהלכים לטווח רחוק, יצירתיות ועוד. החוג מכשיר את החניכים לשחק בליגות ובתחרויות בארץ. המתקדמים ייצגו את קריית ביאליק בתחרויות עם ליגות ארציות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 6-12	רביעי	18:00-19:00	אנטולי גרינפלד	80 ₪

אילוף כלבים

אופק כהן מאלף כלבים מוסמך ומנוסה מזה מספר שנים. במהלך החוג ילמדו הילדים על עולם הכלבים ושיטות אילוף תוך כדי תרגול מעשי בשטח בעזרת כלבים שונים עם דגש על אילוף הכלב ועולם הכלבנות. אילוף הכלב ייצור חווית הצלחה אצל הילד, הגברת לכידות חברתית ובניית אמון הדדי.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
ילדים	רביעי	17:00-18:00	אופק כהן	₪ 140

קפוארה

תורת לחימה ברזילאית המשפרת את הבטחון העצמי ומשלבת בתוכה נגיעה, תנועה, שירה ואקרובטיקה. במהלך השנה יתקיים אירוע הענקת חגורה הנקרא BATIZADO בו נציין את התקדמות ורמתו של כל משתתף.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גן עד א'	חמישי	17:30-18:15	יאריק רוסנוב	₪ 150
כיתות ב'-ו'	חמישי	18:15-19:00	יאריק רוסנוב	₪ 150

בישול ואפייה

הילדים הופכים להיות שפים בחוג בישול ואפייה המשלב עשייה ויצירתיות תוך הכרת עולם המזון, עבודה עם חומרי יסוד שונים, התאמת טעמים, אבות המזון, אכילה בריאה ואמצעי זהירות במטבח.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות ג'-ו'	ראשון	17:30	אילנית תורג'מן	₪ 180

היפ הופ SCHOOL

לחוות את חווית הריקוד בהיפ הופ SCHOOL בהנהלת לידור אלדר מורה לריקוד ומפיקת אירועים מזה כעשר שנים. החוג מועבר ע"י לידור אלדר ומורות מקצועיות בתחום המחול.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
היפ הופ א'-ב'	ראשון רביעי	17:15-18:00	לידור אלדר	₪ 220
היפ הופ ג'+	ראשון רביעי	18:00-18:45	לידור אלדר	₪ 220





ציור

החוג מלמד ומפתח מיומנויות וטכניקות ברישום ובציור, פיתוח אישי בהכנת פרויקטים שיוצגו בתערוכה, מומלץ לאנשים בעלי רקע אומנותי.

עלות לגימלאים	עלות	מדריך	שעה	יום
₪ 200	₪ 240	לאה עתיר	08:30-11:30	שני בוקר
₪ 200	₪ 240	לאה עתיר	17:00-20:00	רביעי אחה"צ

התעמלות בוקר

התעמלות לגיל השלישי לחיזוק הגוף, היציבה ושמירה על איכות חיים בריא, ההתעמלות מתבצעת על מזרנים, בעזרת כסאות ואביזרים שונים. שלוש קבוצות כל שעה עגולה.

עלות לגימלאים	עלות	מדריך	שעה	יום
₪ 120	רותי לירן	08:00-11:00	ראשון וחמישי	מבוגרים וגימלאים

דאנס פיט - ספורט והרזיה

ליטל פרגן, גורו הכושר. שעה של מסיבת כושר נשית ומטריפה. עולם הדאנס והאירובי המשלב את עולם הכוח, אימון המיועד לשריפת שומן מוגברת וחיטוב הגוף הנשי. שריפה של עד 800 קלוריות בשיעור! בנוסף לשיעור האירובי, שקילה אחת לשבוע ותפריט לדוגמא. * התפריט הינו כללי ולא לבעלי בעיות בריאותיות.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 250	ליטל פרגן	20:00-21:00	ראשון	מבוגרים



שילוב אומנויות

שילוב אומנויות בהדרכת שרית שלח הינו חוג אומנויות המלמד את הילדים טכניקות, נגיעה בחומרים שונים כגון חימר, עיסת נייר, צבעים ועוד.

עלות לגימלאים	עלות	מדריך	שעה	יום
₪ 200	שרית שלח	16:00-17:00	ראשון	כיתות א-ב
₪ 200	שרית שלח	17:00-18:30	ראשון	כיתות ג+

סטודיו שרון פז - שושה

סטודיו שרון פז בהדרכתה וניהולה של שושה - רקדנית, כוריאוגרפית ומורה מוסמכת למחול. השיעורים עובדים על כל סגנונות הריקוד, טכניקה, יציבות, גמישות, שיפור קורדינציה, העלת ביטחון עצמי, דימוי גוף, הופעות תחרויות והמון כיף.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
היפ הופ ה-1	שני וחמישי	16:00-17:00	שושה	₪ 240
היפ הופ א-ב	שני וחמישי	17:00-18:00	שושה	₪ 240
היפ הופ ג-ד	שני וחמישי	18:00-19:00	שושה	₪ 240

* הרשמה מוקדמת 1.8-8.8 * מתנה לנרשמות בחודש אוגוסט *

פילאטיס בהנחיית רונית זיו

חוג פילאטיס בהנחיית רונית זיו מוסמכת וינגייט, מחטב ומסייע לביצוע מטלות יומיומיות במינימום מאמץ, מחזק את שרירי הליבה והיציבה, חיזוק שרירי הבטן ופתרון בעיות גב. החוג הינו פרטי לקבלת פרטים ורישום יש להתקשר לרונית 052-4209307

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
נשים	שני חמישי	19:00-20:00	רונית זיו	₪ 200

קראטה בהנהלת דויד רשדי

חוג קראטה והגנה עצמית בהדרכת צילי חביב חגורה שחורה דאן 4 הקראטה מקנה ריכוז ושליטה עצמית, כושר גופני, קואורדינציה, גמישות ומשמעת עצמית. החוג מיועד לבנים ובנות מגיל 5.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
8-12	רביעי	17:00-17:45	צילי חביב	₪ 140
5-7	רביעי	18:00-18:45	צילי חביב	₪ 140

זומבה

חוג המשלב צעדי בסיס במקצבים לטיניים ובינלאומיים יחד עם לימודי כוראוגרפיה ומשחקי תנועה, פיתוח הקורדינציה, שיווי משקל, ביטוי עצמי ויצירתיות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
ילדות	רביעי	18:00-19:00	סיון משיח	140 ₪
נערות	ראשון רביעי	19:00-20:00	סיון משיח	180 ₪

קפוארה

תורת לחימה ברזילאית המשלבת בתוכה נגיעה, תנועה, שירה ואקרובטיקה. במהלך השנה יתקיים אירוע הענקת חגורות אשר נקרא BATIZADO באירוע זה נציין את התקדמותו ורמתו של כל משתתף.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 4-6	שני חמישי	17:00-17:45	אנדרה גובנה	210 ₪
כיתות א'-ב'	שני חמישי	17:45-18:30	אנדרה גובנה	210 ₪
כיתות ג'-ו'	שני חמישי	18:30-19:15	אנדרה גובנה	210 ₪

כדורסל מכבי ביאליק

האקדמיה מיועדת לבנים ובנות החל מגן חובה ועד כיתה ו', אימונים מקצועיים ומבוקרים - תוכנית המשלבת הנאה ומקצועיות, לימוד יסודות הכדורסל, שיפור ופיתוח יכולת גופנית ואתלטית, חינוך לערכים, שיפור כושר הריכוז וכוח רצון, חיזוק ביטחון עצמי והיכולת להשתלב בקבוצה חברתית ומקצועית. המשכיות לקבוצות ליגה המשחקות בליגות איגוד הכדורסל.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות ג'-ד'	שני רביעי	16:00-17:00	אלי קולטונוף	250 ₪
כיתות א'-ב'	שני רביעי	17:00-18:00	אלי קולטונוף	250 ₪
כיתות ה'-ו'	שני רביעי	18:00-19:00	אלי קולטונוף	250 ₪



פריסטייל

מחול לגיל הרך - שיעור ייחודי המתאים לגיל הרך. מקנה בסיס ראשוני לעולם התנועה והמחול. היכרות עם אברי הגוף, קצב ומקצב, שיכלול יכולות מוטוריות וקואורדינציה מלווה באביזרים ומוסיקה מכול העולם.

בלט קלאסי - לימוד טכניקת הבלט הקלאסי מן הבסיס. וחיזוק ופיתוח יכולות תנועה התומכים גם בענפי מחול אחרים. נלמד מנחי רגליים עבודת ידיים צעדים סיבובים קפיצות מתיחות. וגמישות מתאים לבנים ובנות המעוניינים לפתח טכניקה. מתחלק לפי רמות מתחילים ומתקדמים ופוינט.

חוג בלט קלאסי לגילאי 5-7 - בהנחיית שגית גלמן. יסודות הבלט הקלאסי מעניק בסיס ללימוד מגוון סגנונות מחול הוא מפתח קצב וקורדינציה, גמישות, חיזוק שרירים, יציבה ומודעות גופנית.

מודרני/ג'אז - טכניקה המפתחת מודעות לגוף, לתנועה בחלל ומתאפיינת בקשר חזק לקרקע ועבודה על קצב. מקנה תנועיות, מוסיקליות גמישות כוח ומלווה במוסיקה עכשווית.

היפ הופ - תרבות היפ הופ מקורה בניו יורק ונפוצה בכול העולם. שילוב מנצח של לימוד ריקוד הוצאת אנרגיה והעלאת מצב הרוח. משלב בסיס של ג'אז עם מוטיבים של הפרדת חלקי הגוף השונים (Isolation) מלווה במוסיקה קצבית מעולם ההיפ הופ.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מחול לגיל הרך גילאי 3-4	ראשון	17:00-18:00	שגית גלמן	150 ₪
מחול לגיל הרך תת חובה	שלישי	17:00-18:00	שגית גלמן	150 ₪
מודרני/ג'אז גן חובה	ראשון וחמישי	18:00-19:00 17:00-18:00	שגית גלמן	220 ₪
קלאסי א-ג	שני	16:00-17:00	שגית גלמן	150 ₪ / 100 ₪
קלאסי בוגרות	שני	17:00-18:00	שגית גלמן	150 ₪ / 100 ₪
היפ הופ/מודרני /ג'אז כיתות א-ג	שלישי וחמישי	18:00-19:00	שגית גלמן	220 ₪
היפ הופ/מודרני /ג'אז כיתות ד-ו	שני וחמישי	18:00-19:00 19:00-20:00	רז אידלוביץ	220 ₪
היפ הופ/מודרני /ג'אז חטיבה תיכון	שני וחמישי	19:00-20:00 20:00-21:00	רז אידלוביץ	220 ₪
להקה	שני	20:00-20:30	שגית גלמן	100 ₪

פיסול קרמי

למתחילים וגם למתקדמים, בחוג נלמד לפסל וליצר בליווי אישי תוך הכנת יצירות, אומנות שריפה בתנור וצביעה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	שלישי	09:00-13:00	אליס עקיבא	320 ₪



היפ היפ SCHOOL

לחוות את חווית הריקוד בהיפ הופ SCHOOL בהנהלת לידור אלדר מורה לריקוד ומפיקת אירועים מזה כעשר שנים. החוג מועבר ע"י לידור אלדר ומורות מקצועיות בתחום המחול.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
היפ הופ גן חובה	ראשון	17:00-17:45	לידור אלדר	140 ₪
היפ הופ א'-ב'	שני וחמישי	17:15-18:00	לידור אלדר	220 ₪
היפ הופ ג'-ד'	שני וחמישי	18:00-18:45	לידור אלדר	220 ₪

פילאטיס

אימון פילאטיס הוא בעל מאפיינים של אימון חיזוק, זה אימון המשפר את כוח וסיבולת השריר וכמו כן תרגילים לשיפור גמישות המפרקים והשרירים. בחוג נשים דגש רב על חיזוק שרירי ליבת הגוף, שרירים אלו הם למעשה השרירים שמייצבים את גופנו ומסייעים לגופנו לבצע את המטלות היום יומיות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	שני ורביעי	20:00-21:00	לירז שיש	170 ₪

יוגה

חוג שאדו יוגה. תרגול תנוחות ומעברים שיפור ושליטה בגמישות וכוח הגוף, נשימה, תודעה ואנרגיה הפראנה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	חמישי	20:00-21:00	שגית גלמן	140 ₪

פלדנקרייז

שיעורי תנועה ע"פ שיטת פלדנקרייז. המטרה ליצור מודעות לגוף, לשפר יציבה, שיווי משקל, קואורדינציה, ולהקל על כאבי גב, בירכיים, צוואר ובעיות מפרקים. השיטה מונעת פציעות ספורט, שיפור הישגים גופניים. ומאפשרת ללמוד ולחזור לתפקוד יעיל ותורמת לשיפור איכות החיים.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	ראשון חמישי	09:00-10:00	סוניה ורפמן	120 ₪

נגרות

בחוג נלמד את הילדים לעסוק בבניה מעץ, בשימושיו השונים בניית דגמים מיוחדים ותכנון בניית כל דגם. החוג יקנה לילד בסיס חשיבה עצמאית קדימה, תכנון בניית הדגמים ועבודה עצמית, ארגון וסדר ושיפור יכולותיו הטכניות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ג	ראשון	15:30-16:30	משה	140 ₪



כדורסל מכבי ביאליק

האקדמיה מיועדת לבנים ובנות החל מגן חובה ועד כיתה ו'. אימונים מקצועיים ומבוקרים - תוכנית המשלבת הנאה ומקצועיות, לימוד יסודות הכדורסל, שיפור ופיתוח יכולת גופנית ואתלטית, חינוך לערכים, שיפור כושר הריכוז וכוח רצון, חיזוק בטחון עצמי והיכולת להשתלב בקבוצה חברתית ומקצועית. המשכיות לקבוצות ליגה המשחקות בליגות איגוד הכדורסל.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות ד-ו	שני רביעי	15:00-16:00	אביב נונו	250 ₪
כיתות ג	שני רביעי	16:00-17:00	אביב נונו	250 ₪
כיתות ב	שני רביעי	17:00-18:00	אביב נונו	250 ₪
גן וכיתות א	שני רביעי	18:00-18:45	אביב נונו	250 ₪



פריסטייל

מחול לגיל הרך - שיעור ייחודי המתאים לגיל הרך. מקנה בסיס ראשוני לעולם התנועה והמחול. היכרות עם אברי הגוף, קצב ומקצב, שיכלול יכולות מוטוריות וקואורדינציה מלווה באביזרים ומוסיקה מכול העולם.

בלט קלאסי - לימוד טכניקת הבלט הקלאסי מן הבסיס. וחיזוק ופיתוח יכולות תנועה התומכים גם בענפי מחול אחרים. נלמד מנחי רגליים עבודת ידיים צעדים סיבובים קפיצות מתיחות. וגמישות מתאים לבנים ובנות המעוניינים לפתח טכניקה. מתחלק לפי רמות מתחילים ומתקדמים ופוינט.

חוג בלט קלאסי לגילאי 5-7 בהנחיית שגית גלמן. יסודות הבלט הקלאסי מעניק בסיס ללימוד מגוון סגנונות מחול הוא מפתח קצב וקורדינציה, גמישות, חיזוק שרירים, יציבה ומודעות גופנית.

מודרני/ג'אז - טכניקה המפתחת מודעות לגוף, לתנועה בחלל ומתאפיינת בקשר חזק לקרקע ועבודה על קצב. מקנה תנועתיות, מוסיקליות גמישות כוח ומלווה במוסיקה עכשווית.

היפ הופ - תרבות היפ הופ מקורה בניו יורק ונפוצה בכול העולם. שילוב מנצח של לימוד ריקוד הוצאת אנרגיה והעלאת מצב הרוח. משלב בסיס של ג'אז עם מוטיבים של הפרדת חלקי הגוף השונים (Isolation) מלווה במוסיקה קצבית מעולם ההיפ הופ.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מחול לגיל הרך גילאי 3-4	רביעי	16:30-17:15	שגית גלמן	₪ 140
קלאסי גן חובה וכיתה א	רביעי	17:15-18:00	שגית גלמן	₪ 140
מודרני / ג'אז כיתות ד-ו	שני וחמישי	16:30-17:15	רז אידלוביץ	₪ 220

קראטה

חוג קראטה והגנה עצמית בהדרכת מאור ויזגרוצקי חגורה שחורה דאן 4 בוגר מכון וינגייט. הקראטה מקנה ריכוז ושליטה עצמית, כושר גופני, קואורדינציה, גמישות ומשמעת עצמית. החוג מיועד לבנים ובנות מגיל 5.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מתקדמים	שני וחמישי	16:30-17:15	מאור ויזגרוצקי	₪ 250
מתחילים	שני וחמישי	17:15-18:00	מאור ויזגרוצקי	₪ 250
מתקדמים ב	שני וחמישי	18:00-18:45	מאור ויזגרוצקי	₪ 250

התעמלות קרקע ומכשירים

הינו חוג בו לומדים תרגילים על המכשירים השונים כגון: קורה, מקבילים, ספסלים, ארגז, מזרן ועוד. החוג מסייע בחיזוק ושיפור של כושר גופני, קואורדינציה, ביטחון עצמי, אחריות, הישגיות, זריזות ומהירות וגמישות. דרך האימונים ניתן דגש על ערכים רבים כגון: אחריות, עזרה לזולת, הישגיות, התמדה. השתתפות בתחרויות בהדרכת מאמן מוסמך, מורה לחינוך גופני, העובד שנים רבות בענף התעמלות מכשירים.



גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 4-6	ראשון ושלישי	16:30-17:30	אנטולי	220 ₪
גילאי 7+	ראשון ושלישי	17:30-18:30	אנטולי	220 ₪

זומבה

אימון אירובי לטיני המשלב מגוון רחב של סגנונות ריקוד כגון צעדים של סלסלה, פלמנקו, מרנגה, צ'ה צ'ה ועוד. מדובר בצעדי ריקוד פשוטים וכל אחת יכולה להשתלב בכיף ובקלות, מטרת האימון לשרוף קלוריות וזאת באווירה חווייתית וסוחפת.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	ראשון ושלישי	20:15-21:15	רחל רחום	180 ₪

חוג ספורט לילדים - "מתעמלים ורוקדים"

נפתח את מיומנויות הגוף: קואורדינציה, שיכלול המוטוריקה העדינה והגסה, חיזוק שרירי הגוף, משחקים תנועתיים, התמצאות במרחב, פיתוח עולם החשיבה והדמיון, באמצעות אביזרי ספורט ומוסיקה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי גן	שלישי	17:00-17:45	שרון נוסקין	100 ₪

אימון היט (HIT)

הינו אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה – High Intensity Interval Training (או בקיצור, אימון HIT). האפשרות להצליח לשרוף שומנים ולחזק את השרירים תוך זמן קצר מאד ביחס לאימון רגיל בחדר כושר. אימון היט משפר סיבולת לב – ריאה וכולל ביצוע של תרגילי כושר אירוביים ואנאירוביים רב מיפרקיים המגייסים לפעולה את רוב קבוצות השרירים בגוף ומסייעים לירידה באחוזי השומן וחיטוב הגוף.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	שני ורביעי	20:30-21:15	רחל רחום	180 ₪



מועדון גמלאים

במתנ"ס פועל מועדון גמלאים עשיר בתוכן הכולל פעילויות ספורט, יצירה, הרצאות, ערבי זמר, טיולים נופשוניים והעשרה, תוך כדי יצירת מפגשים חברתיים ויוזמות קהילתיות. עלות המועדון לתושבי ביאליק לחודש 120 ₪, ועלות חודשית לתושבי חוץ 150 ₪ יש אפשרות להירשם לחוגים בנפרד.

גילאים	חוג	יום	שעה	מדריך	עלות לחוג אחד
גמלאים	התעמלות בוקר	ראשון	07:45-8:30 8:30-9:15 9:15-10:00 10:00-10:45	שי בר לב	100 ₪
גמלאים	צ' קונג	שני רביעי	09:30-11:00 07:30-09:45	חנה שלם	80 ₪ לפעם בשבוע
גמלאים	הרצאה שבועית	שני	11:15-12:15	מרצה אורח	20 ₪
גמלאים	הרקדה	רביעי	10:00-11:30	מירי שטרן	80 ₪
גמלאים	התעמלות בונה עצם	חמישי	09:30-11:00	מיכל ממן	80 ₪
גמלאים	סריגה	ראשון	08:30-10:00	ליליה לינשיץ	70 ₪
גמלאים	מעגלי חיים	ראשון חמישי	11:00-12:00	רחל דואר	100 ₪ לפעם בשבוע
גמלאים	אנגלית מתחילים	שני	08:00-08:45	סימה אופנהיים	100 ₪
גמלאים	אנגלית מתקדמים	רביעי	11:00-12:00	ד"ר רון סיוון	100 ₪
גמלאים	ספרדית	חמישי	11:00-12:00	רות לונדינסקי	100 ₪
גמלאים	ליבוד	שני	09:00-10:00	אליס עקיבא	100 ₪
גמלאים	סריגה בטריקו	חמישי	08:30-09:30	דילווה מרים	70 ₪
גמלאים	תכשיטים קפסולות קפה	רביעי	08:30-09:30	יהודית אזולאי	100 ₪
גמלאים	פיסול מעיסת נייר	רביעי	10:00-12:00	אליס עקיבא	100 ₪
גמלאים	ציור	שלישי - מתחילים	07:30-09:00	רות לונדינסקי	100 ₪ לפעם בשבוע
גמלאים	ציור	חמישי - מתקדמים	08:30-11:00	רות לונדינסקי	100 ₪ לפעם בשבוע



חוגי בוקר למבוגרים

טלפון	מדריך	שעה	יום	חוג
050-8646139	אזה	11:00-13:00	ראשון ושני	ברידג' מתחילים
052-3230607	נוח	10:00-12:30 09:00-12:00	ראשון ושלישי	ברידג' תחרויות
052-3285490	שרית פוקס	08:30-09:30	שני וחמישי	התעמלות בונה עצם בשיטת פאולה
054-4610954	ד"ר רון סיוון	11:00-13:00 09:00- 09:00-12:00 10:30 11:00-12:00 17:00-20:00	שני, שלישי ורביעי	אנגלית
04-8736666 054-2103301	ענת כהן	17:00- 08:00-09:30 20:30	שני	סדנא לתזונה נכונה – חלי ממן

קארטה

חוג קראטה והגנה עצמית בהדרכת סנסיי דויד רשדי חגורה שחורה דאן 7. הקראטה מקנה ריכוז ושליטה עצמית, כושר גופני, קואורדינציה, גמישות ומשמעת עצמית. החוג מיועד לבנים ובנות מגיל 5.

מדריך	שעה	יום	גילאים
דויד ראשדי	16:30-17:30 17:30-18:15 18:15-19:00	ראשון ורביעי	גילאי 5-13

פריסטייל

בלט קלאסי - לימוד טכניקת הבלט הקלאסי מן הבסיס. חיזוק ופיתוח יכולות תנועה התומכים גם בענפי מחול אחרים. נלמד מנחי רגליים, עבודת ידיים, צעדים, סיבובים, קפיצות, מתיחות וגמישות מתאים לבנים ובנות המעוניינים לפתח טכניקות ריקוד.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מחול לגיל הרך גילאי 3-4	רביעי	18:15-19:00	שגית גלמן	₪ 140

היפ הופ SCHOOL

לחנות את חווית הריקוד בהיפ הופ SCHOOL בהנהלת לידור אלדר מורה לריקוד ומפיקת אירועים מזה כעשר שנים. החוג מועבר ע"י לידור אלדר ומורות מקצועיות בתחום המחול.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות ג-ד	ראשון ושלישי	18:00-18:45 17:45-18:30	לידור אלדר	₪ 220
כיתות א-ב	שלישי	17:00-17:45	לידור אלדר	₪ 140

TRX פונקציונאלי

אימון תחנות מגוון ואינטנסיבי המשלב רצועות TRX, מדרגות, מזרנים, משקולות ועזרים נוספים. אימון מחזורי העובד על כלל שרירי הגוף ומביא לחיזוק וחיטוב תוך זמן קצר.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	ראשון ושלישי	20:30-21:15	לירז שיש	₪ 190



עיצוב וחיטוב

בהדרכת מירה נזרי, חוג לנשים בלבד המשלב שימוש באביזרי ספורט להשגת תוצאות מירביות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	ראשון ורביעי	19:15-20:00	מירה נזרי	160 ₪

צליל ותנועה עם ג'ני קונקוב

מפגשים העוסקים הנושא אקטואלי, עונות השנה ונושאי השנה וכל זאת באווירה ספורטיבית וחוויתית המשלבת צליל ותנועה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 3-5	ראשון	17:00-17:45	ג'ני קונקוב	100 ₪

יצירה לילדים

חוג יצירה הינו חוג אומנות אשר מלמד את הילדים את יסודות הציור, נגיעה בחומרים שונים, צבעים שונים ועוד.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 3-6	שני	17:30-18:15	שירי גולדשטיין ליכשיץ	100 ₪



ציור לילדים

החוג מקנה ידע נרחב באומנות הציור ומפתח את היצירתיות בילד.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
א-ו'	שלישי	17:00-18:00	אילונה צרוייה	160 ₪



המרכז לאומנויות הבמה בהנלת רועי ברקוביץ

רשת המתנ"סים פותחת שעריה זו השנה השביעית בפני כל מי שדבק בו חיידק הבמה ושהיה רוצה ללמוד את אומנויות הבמה ולהתנסות בהם. במרכז מתקיימות סדנאות בתחומי המחול השירה וכמובן התיאטרון, על ידי צוות מורים נרחב ומפגש עם אמנים מהשורה הראשונה. בסופו של התהליך תועלה הפקת סיום ססגונית המשלבת את כל תחומי אמנויות הבמה והיא תוצג בפני תלמידים, הורים, אורחים ומכובדים. מיועד לשכבות א'-יב'.

גילאים	יום	שעה	עלות
קטנטנים א-ג	רביעי	16:30-18:45	195 ₪
צעירים ד-ו	שני	17:30-19:45	215 ₪
מתבגרים ז-ט	חמישי	16:00-18:00	215 ₪
בוגרים י-י"ב	חמישי	18:00-20:00	215 ₪
פרינג' +18	ראשון חמישי	19:45-22:45	275 ₪



קונגפו

בוא לגלות את הטבע האמיתי של לחימה! שיטת לחימה עתיקה ואפקטיבית השמה דגש על מחקר לחימה אמיתית והגנה עצמית. קרבות, פיתוח יכולות ייחודיות, מקל, חרב. בהנהלת סיפו אלדן פרידמן 052-2699610. אתר: www.waystoflow.co.il, מייל: f@gmail.com

גילאים	יום	שעה	מדריך
6 ומעלה	ראשון ורביעי	19:00-20:00	סיפו אלדן פרידמן

טאי צ'י צ'ואן, שינג אי צ'אן, בא גואה זאנג

בוא לגלות את הכוח הפנימי שלך. שלושת האומנויות הפנימיות, מקנות פיתוח של כוח מדהים בלחימה, בבריאות כללית ובשליטה ברגש האומנויות הפנימיות הן הטכנולוגיה הגבוהה ביותר של הלחימה הסינית הן עמוקות, פילוסופיות ומעשיות ביותר. בהנהלת סיפו אלדן פרידמן 052-2699610. אתר: www.waystoflow.co.il, מייל: eldanf@gmail.com

גילאים	יום	שעה	מדריך
12 ומעלה	ראשון ורביעי	20:00-21:00	סיפו אלדן פרידמן

צ'י גונג

הצ'י גונג הוא חלק מהרפואה הסינית ומהווה רפואה מונעת ע"י הקניית שימוש באנרגיה הפנימית שלנו, בתיעול הרגש והרמוניה של הגוף הרגש והמחשבה, טיפוח, שיפור וחזוק כוח החיים שלך. בהנהלת סיפו אלדן פרידמן 052-2699610. אתר: www.waystoflow.co.il, מייל: eldanf@gmail.com

גילאים	יום	שעה	מדריך
12 ומעלה	ראשון ורביעי	20:00-21:00	סיפו אלדן פרידמן

מבוכים ודרקונים

המשחק לוקח את הילדים לעולם קסום עם הרפתקאות מהנות ומחנכות ותורם מלבד הנאה ואתגר, לפיתוח מיומנות חברתית וביטחון עצמי, להתמודדות עם בעיות, חידות ודילמות, מפתח חשיבה, דמיון ויצירתיות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
6 ומעלה	חמישי	16.00-20.30	אלכסנדר שבצ'נקו	190 ₪

תכשיטנות

הכנת תכשיטים בשיטה ייחודית לנוער ומבוגרים

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
נוער ומבוגרים	חמישי	18:00-19:30	יהודית אזולאי	160 ₪

ברייקדאנס

ריקוד אקרובטי מתחום ההיפ הופ – מלמד העצמה, טכניקה, ערכים.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ג	רביעי	16:15-17:15	עומרי פלד	150 ₪
גן	רביעי	17:15-18:00	עומרי פלד	150 ₪
כיתות ד+	רביעי	18:00-19:15	עומרי פלד	150 ₪



בית ספר למחול בהנהלת טלי הרשקוביץ

מלמד מחול מודרני, היפ הופ, ג'אז ובלט מגילאי גן ועד כיתה ט'. לפרטים נוספים
לפנות לטלי הרשקוביץ טלפון 054-6613004.

צרפתית לומדים מצרפתים - סה טו 04-8312333

למתחילים ומתקדמים בחסות שגרירות צרפת בישראל במרכז תרבות צרפת. לאנשי עסקים, בכל הרמות, דגש על דיבור.
שגרירות צרפת 04-8312357.

שעה	יום	גילאים
17:00-21:00	ראשון, שני ורביעי	מבוגרים

חוג ספרדית

טלפון לפרטים: 04-8782309 משעה 16.00 עד 19.00.

שעה	יום	גילאים
19:00-20:30	שלישי	למתחילים ומתקדמים, נוער, ומבוגרים

זומבה

חוג המשלב צעדי בסיס במקצבים לטיניים ובינלאומיים יחד עם לימודי כוראוגרפיה ומשחקי תנועה, פיתוח הקורדינציה, שיווי משקל, ביטוי עצמי ויצירתיות.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 190	סיון משיח	20:00-21:00	ראשון ורביעי	נשים
₪ 140	סיון משיח	20:00-21:00	פעם בשבוע	נשים

חוג ספורט לילדים - "מתעמלים ורוקדים"

נפתח את מיומנויות הגוף: קואורדינציה, שכלול המוטוריקה העדינה והגסה, חיזוק שרירי הגוף, משחקים תנועתיים, התמצאות במרחב, פיתוח עולם החשיבה והדמיון, באמצעות אביזרי ספורט ומוסיקה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 3-5	ראשון	17:15-18:00	שרון נוסקין	₪ 100

פילאטיס משולב TRX

אימון תחנות מגוון ואינטנסיבי המשלב רצועות TRX, מדרגות, מזרנים, משקולות ועזרים נוספים. אימון מחזורי העובד על כלל שרירי הגוף ומביא לחיזוק וחיטוב תוך זמן קצר.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים ערב	ראשון וחמישי	19:00-20:00	לירז שיש	
מבוגרים בוקר	ראשון ורביעי	09:00-10:00 10:00-11:00	לירז שיש	

ויטראג' חדש ובלעדי!

במהלך הקורס נלמד לחתוך זכוכית, לשייף, ללפף, להדק ולהלחים עד לקבלת מוצר מוגדר כגון אהילים, קופסאות ועוד.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	ראשון בוקר	11:00-13:30	כרמלה כהן	₪ 250
מבוגרים	רביעי	17:00-19:30	כרמלה כהן	₪ 250

שח-מט

בהדרכת אנטולי משחק המלכים - המשלב בתוכו יכולת ריכוז ומשמעת עצמית.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 6-16	ראשון	18:00-19:00	אנטולי	₪ 80

מועדון מעושר

המועדון הוקם במתנ"ס עופרים לפני 4 שנים בשיתוף אנף הרווחה של העיר. מועדון זה הוא מועדון גמלאים המציע מגוון פעילויות לגיל השלישי כגון: טאי צ', צ"י קונג, יצירה ועוד. מועדון זה מפעיל מקהלה בשם "אבני דרך" השרה בשלוש שפות: עברית, רוסית ויידיש. הצלחת מועדון מעושר מסמל את חדות החיים בכל גיל, בהדרכת ויקטוריה מרונצ'נקו.



קפוארה

תורת לחימה ברזילאית המשפרת את הבטחון העצמי ומשלבת בתוכה נגיעה, תנועה, שירה ואקרובטיקה. במהלך השנה יתקיים אירוע הענקת חגורה הנקרא BATIZADO בו נציין את התקדמות ורמתו של כל משתתף.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מגן חובה ועד כיתה ב'	שלישי	17:30-18:15	שון ג'ונסטון	100 ₪
כיתה ג' עד ה'	שלישי	18:15-19:00	שון ג'ונסטון	100 ₪

אומנויות

שרית שלח הינה מורה לאומנויות בעלת וותק של 20 שנה בשלל תחומים כגון: ציור, רישום, פיסול בפסיפס, נייר וקרמיקה. בחוג נלמד מגוון תחומי אומנויות ונעבוד עם מגוון חומרים.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים בוקר	שני שלישי ורביעי	10:00-13:00	שרית שלח	325 ₪
מבוגרים אחה"צ	שני ורביעי	19:00-20:30	שרית שלח	325 ₪
גילאי 6-8	שלישי	17:00-18:00	שרית שלח	135 ₪

עיצוב אופנה

החוג לנערות ומתבגרות יקנה ידע בתכנון ותפירת בגדים ותיקים במכונות תפירה ע"י מורה מקצועית בתחום.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 9-12	ראשון	18:00-20:00	בתאל גריאני	125 ₪



מועדון נשות עופרים

מפגשים אחת לשבועיים להרצאה/הפעלה/יצירה ולחברותה נעימה עם קפה ומאפה. עלות כל מפגש 25 ש"ח בהרשמה מראש.

פיוזינג

התכת זכוכית באמצעות תנורים המגיעים לטמפרטורה גבוהה. במפגשים נלמד לעבוד עם תנור, התאמת התוכנית למוצרים מוגמרים, חיתוך, עיצוב והכנת תכשיטים מזכוכית.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
מבוגרים	חמישי בוקר	09:30-12:00	כרמלה כהן	250 ₪
מבוגרים	שלישי	17:30-19:30	כרמלה כהן	250 ₪



מועדון טופ טניס

מיני טניס: פעם בשבוע לומדים את יסודות הטניס, בסיס המשחק, פיתוח קואורדינציה וקשר עין יד.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ו	רביעי	17:30-18:20	יעל מנדל	180 ₪

אנגלית

חוג אנגלית על פי שיטת מנחם מושקוביץ מעברית לאנגלית בקלות. מועבר על ידי מורה גל סבג.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ג	רביעי	16:30-17:30	גל סבג	100 ₪
כיתות ד-ו	רביעי	17:30-18:30	גל סבג	100 ₪

אילוף כלבים

אופק כהן מאלף כלבים מוסמך ומנוסה מזה מספר שנים. במהלך החוג ילמדו הילדים על עולם הכלבים ושיטות אילוף תוך כדי תרגול מעשי בשטח בעזרת כלבים שונים עם דגש על אילוף הכלב ועולם הכלבנות. אילוף כלבים גילאי 7-12 אילוף הכלב ייצור חווית הצלחה אצל הילד, הגברת לכידות חברתית ובניית אמון הדדי.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
ילדים	חמישי	17:00-17:45	אופק כהן	100 ₪

היפ הופ SCHOOL

לחוות את חווית הריקוד בהיפ הופ SCHOOL בהנהלת לידור אלדר מורה לריקוד ומפיקת אירועים מזה כעשר שנים. החוג מועבר ע"י לידור אלדר ומורות מקצועיות בתחום המחול.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ו	רביעי	17:00-17:45	עדן מוצניק	100 ₪

נגרות

בחוג נלמד את הילדים לעסוק בבניה מעץ בשימושיו השונים, בניית דגמים מיוחדים ותכנון בניית כל דגם. החוג יקנה לילד בסיס חשיבה עצמאית קדימה, תכנון בניית הדגמים ועבודה עצמית, ארגון וסדר ושיפור יכולותיו הטכניות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ג	שני	16:00-17:00	משה	125 ₪
כיתות ד-ו	שני	17:00-18:00	משה	125 ₪



אומנויות לחימה

שילוב אומנויות הלחימה בהדרכת אלכס ולין. מקנה שליטה, ריכוז, קורדינאציה משמעת עצמית.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ו	שני וחמישי	16:30-17:30	אלכס ולין	₪ 160

הכנה לכיתה א'

מגן לבית הספר מוכנות בשיטת אלבואם נחזק את הרגש, חושים קוגניטיבי וכישורי חיים נשחק בכל מיני משחקים נלמד להתגבר על פחדים ונחזק את היכולות 10 מפגשים.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גן חובה	שלישי / חמישי	17:30-18:30		₪ 300

כדור-רגל

בחסות מכבי צור שלום מיועד לבנים/בנות בהדרכת מאור לוי. משפר ומפתח יכולות גופניות כושר וריכוז.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ג	ראשון	17:00-18:00	מאור לוי	₪ 100
כיתות ד-ו	ראשון	18:00-19:00	מאור לוי	₪ 100



שף צעיר

בהדרכתה של שיר דרור התנסות בטעמים שונים יצירתיות וחווית הבישול והאפייה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
כיתות א-ג	ראשון	17:00-18:00	שיר דרור	₪ 100
כיתות ד-ו	ראשון	18:00-19:00	שיר דרור	₪ 100

דאנס פיט – ספורט והרזיה

ליטל פרגן, גורו הכושר. שעה של מסיבת כושר נשית ומטריפה. עולם הדאנס והאירובי המשלב את עולם הכוח, אימון המיועד לשריפת שומן מוגברת וחיטוב הגוף הנשי. שריפה של עד 800 קלוריות בשיעור! בנוסף לשיעור האירובי, שקילה אחת לשבוע ותפריט לדוגמא. *התפריט הינו כללי ולא לבעלי בעיות בריאותיות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
נשים	שני וחמישי	09:00-10:00	ליטל פרגן	₪ 250

כתובת: לוחמי הגטאות 2 • טלפון: 04-8779355



גן עם אמא

נפגשים לשעה של פעילות חופשית ברחבי הבית. ג'ימבורי, יצירה, משחקי דמיון ועוד. שעה של פעילות בתנועה התורמת להתפתחות בגיל הרך בשילוב אביזרים שונים ומזיקה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 1-3	ראשון	10:00-12:00	עדי רוזנפלד	15 ₪ למכש חד פעמי 120 ₪ לכרטיסיה של 10 כניסות

תחושה וחוויה

ראייה, שמיעה, מישוש, טעם וריח. בכל מכש הפעוט ייחשף לאביזרים / ריחות / מרקמים / המפעילים את כל החושים. חוויה חושית מפתחת, מסקרנת ומגרה.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 1.5-2.5	ראשון	17:30-18:00	אדריאנה רצקובסקי	ללא עלות מותנה ברישום מראש

זומבה

חוג המשלב צעדי בסיס במקצבים לטיניים ובינלאומיים יחד עם לימודי כוראוגרפיה ומשחקי תנועה, פיתוח הקורדינציה, שיווי משקל, ביטוי עצמי ויצירתיות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
4-6	ראשון	17:00-17:45	סיון משיח	80 ₪





אימהות וקטנטנים

נפגשות לארוחת בוקר עשירה ופעילות דיאדית מהנה ומקרבת עם התינוק כגון: עיסוי תינוקות, יוגה לתינוקות, חוויה תחושתית ועוד.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 35 למפגש	שלומית הולצברג חיים	10:00-12:00	שני	חודש עד זחילה

כמעט כיתה א'

משחקים לפיתוח המודעות הפונולוגית, הבנת הוראות ותפיסה כמותית, כתיבה ועיצוב נכון של אותיות וספרות, פיתוח מוטוריקה עדינה, התארגנות בסביבת למידה ועוד.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 300	נרית הניג	16:45-17:30	שני	גן חובה
₪ 300	נרית הניג	17:45-18:30	שני	גן חובה

• המחיר ל-12 מפגשים

• החל מתאריך 06/01/2020

ספורט קטנטנים

נפתח את מיומנויות הגוף: קואורדינציה, שיכלול המוטוריקה העדינה והגסה, חיזוק שרירי הגוף, משחקים תנועתיים, התמצאות במרחב, פיתוח עולם החשיבה והדמיון, באמצעות אביזרי ספורט ומוסיקה.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
₪ 70	שרון נוסקין	17:30-18:15	שני	גילאי 3-5

מחשבים לקטנטנים

משחקים התפתחותיים לקטנטנים עם מקלדת בעלת מקשים צבעוניים ומזמינים. המשחקים של WEBEE פותחו במטרה להקנות ביטחון עצמי, לעורר סקרנות, לסייע בשיפור הזיכרון, לפתח כישורי קבלת החלטות ועוד.

עלות	מדריך	שעה	יום	גילאים
ללא עלות מותנה ברישום מראש	אורטל רביבו	17:00-17:30	שני	גילאי 2-4

בלשי טבע

מפגשים חווייתיים, מהנים ומעשירים, שיקרבו את הילדים אל הטבע ואת הטבע אל הילדים. החוג קושר בין עונות השנה והחגים, לטבע המשתנה. הם יחוו פעילויות יצירה, חידונים, הכנת מטעמים מהטבע, שירים ואגדות, משחקים וניסויים. הפעילות עוסקת כל פעם בנושא מרכזי הלקוח מעולם הטבע, אותו יחקרו הילדים לעומק במפגש.



גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 4-6	חמישי	17:00-17:45	אביטל קופר כהן	80 ₪
גילאי 6-8	חמישי	17:45-18:30	אביטל קופר כהן	80 ₪

שף צעיר

פיתוח היצירתיות, העצמאות והרחבת הידע תוך בהתנסות בטעמים, טקסטורות ומשחקים באוכל.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 4-6	שני	16:45-17:45	איריס מלכה	80 ₪
גילאי 6-8	שני	17:45-18:45	איריס מלכה	80 ₪

קסם של תאטרון

משחקי אלתור, פיתוח דמיון והיצירתיות, העלאת הביטחון העצמי ושיתוף פעולה קבוצתי במסע חווייתי.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 3-4 משותף הורים	שלישי	16:45-17:30	בטיה באאזוב	80 ₪
גילאי 5-6	שלישי	17:45-18:30	בטיה באאזוב	80 ₪

ילדים יוצרים

פיתוח הדמיון, היצירתיות והמוטוריקה העדינה דרך שימוש במגוון חומרים וטכניקות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 4-8	שלישי	17:30-18:15	אדריאנה רצקובסקי	80 ₪

נגרים צעירים

בחוג נלמד את הילדים לעסוק בבניה מעץ, בשימושיו השונים בניית דגמים מיוחדים ותכנון בניית כל דגם, החוג יקנה לילד בסיס חשיבה עצמאית קדימה, תכנון בניית הדגמים ועבודה עצמית, ארגון וסדר ושיפור יכולותיו הטכניות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 6-8. הורה וילד	שלישי	17:30-18:30	משה	140 ₪

התעמלות התפתחותית

מסייעת להתפתחות המוטורית, שיווי משקל, התמצאות במרחב, חיזוק שרירים ומפרקים דרך הליכה וריצה, זחילה וגלגול, ניתור ודילוג, תיאום עין-יד ועוד, באמצעות ציוד עשיר ומגוון. החוג ייערך במתחם הג'מבורי.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 2-3 הורה וילד	רביעי	17:00-17:45	רונית ברגר	₪ 80
גילאי 3-4	רביעי	17:45-18:30	רונית ברגר	₪ 80

סיפור והפתעה

סיפורים קלאסיים וחדשים בשילוב הילדים, במהלכם תתלווה הפעלה מפתיעה: יצירה, תנועה, אפייה ועוד.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 3-5	רביעי	17:30-18:15	רונית סעדון	₪ 60

מרחב משפחתי

התנסות בפעילויות משפחתיות משותפות הקשורות לשגרה היומיומית שלנו וקבלת כלים ומיומנויות הוריות הניתן ליישם בבית. מרחב משפחתי אף תורם רבות לזמן איכות משותף. מועבר ע"י אושרה וקסלר, מדריכת הורים ומנחת קבוצות.

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 3-6 משותף הורים	רביעי	17:30-18:30	אושרה וקסלר	₪ 10 למשפחה למפגש

שולחן משפחתי

כל חמישי פעילות משפחתית מתחלפת: אפיית חלות, הצגות, סדנאות ועוד...

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
גילאי 2-6	חמישי	17:30-18:30	משתנה	₪ 10 למשפחה למפגש

חוגים לילדים עם צרכים מיוחדים



מועדון מעגלים

מועדון חברתי לשעות הפנאי, מיועד לאנשים בוגרים מגיל 21 המתמודדים עם מוגבלות שכלית התפתחותית והמתגוררים בקהילה. המועדון פועל בשיתוף החברה למתנסים ואקים ומאפשר פעילות פנאי איכותית לצד הקניית מיומנויות חברתיות. הפעילות כוללת: חוגי העשרה, ארוחה קלה, יציאות מחוץ למועדון ועוד. המועדון מתקיים בימי: א', ד' ו-ה', בין השעות: 15:00-18:00.

חוג חוויה וצליל

חוג תנועה המלווה במוזיקה, שיח קבוצתי והרבה כיף והנאה בין החברים בחוג. החוג מקנה לילדים חוויה בשירה, סיפורים, והרבה תנועה, מעלה בטחון עצמי, קואורדינציה, ביטוי רגשי ויצירת כישורי חברויות.

מרכז קהילתי רב תכליתי – רחוב דפנה 56 קריית ביאליק

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
6-10	שלישי	17:30-18:30	שרון נוסקין	160 ₪
11-21	שלישי	18:30-19:30	שרון נוסקין	160 ₪

חוג חווית התיאטרון

חוג קבוצתי המתמקד בהצגות ע"י תיאטרון בובות או הצגה שיעלו הילדים בעקבות ספר שהמדריכה מקריאה בתחילת הפעילות. ההצגות שהילדים מעלים משולבות בנושאים מחיי היום יום, מעבר לדמיון פורה, החוג מקנה לילדים בטחון עצמי, שיח על רגשות, פחדים, חרדות, עבודה בקבוצה ורכישת חברים חדשים.

מרכז קהילתי רב תכליתי – רחוב דפנה 56 קריית ביאליק

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
10-21	שני	17:30-18:30	מירב רמז	180 ₪

חוג ספורט

כדורגל, כדורסל, משחקי ספורט מגוונים לטיפוח ושימור הקואורדינציה, חיזוק השרירים והעצמות. במסגרת החוג הילדים יקבלו יחס חם ואישי תוך כדי פעילות ספורטיבית, הקניית חיזוק, ביטחון עצמי, עבודה בקבוצות ויצירת קשרי חברויות.

מרכז קהילתי עופרים – רחוב ההגנה 12 קריית ביאליק

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
6-10	רביעי	17:30-18:30	יוסי קרוואני	160 ₪
11-21	רביעי	18:30-19:30	יוסי קרוואני	160 ₪

חוג שילוב אומנויות

חוג קבוצתי המתאים לילדים שאוהבים אומנות, פיסול קרמי, עיסות נייר, ציור, אריגה ועוד תוך פיתוח הדמיון, היצירתיות והמוטוריקה העדינה ודרך שימוש במגוון חומרים וטכניקות עבודה.

מרכז קהילתי רב תכליתי – רחוב דפנה 56 קריית ביאליק

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
6-10	חמישי	17:30-18:30	אולגה סמליאנסקי	180 ₪
11-21	חמישי	18:30-19:30	אולגה סמליאנסקי	180 ₪

חוג קראטה

בהדרכת אריק וולוך- מדריך אומנויות לחימה טיפוליות בוגר וינג'ט: הילדים ילמדו תרגילי קראטה בשילוב הגנה עצמית תוך הקניית ביטחון עצמי, הפחתה ברמת החרדה, קואורדינאציה ועוד.

מרכז קהילתי דן – רחוב דן 2

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
5-11 תפקוד גבוה	חמישי	16:30-17:15	אריק וולוך	150 ₪
5-11 תפקוד בנוני	חמישי	17:15-18:00	אריק וולוך	150 ₪
12-21 תפקוד גבוה ובנוני	חמישי	18:00-18:50	אריק וולוך	150 ₪

חוג בישול ואפייה

החוג מקנה ידע נרחב ועשייה בתחומי הבישול והאפייה ושלבי הכנה. העבודה בקבוצה וכך כל הילדים מקבלים כלים המתאימים להתמודדות במסגרת קבוצתית, שיתופי פעולה, עזרה אחד לשני, רכישת בטחון עצמי, יצירת קשרי חבריות, והכי חשוב לומדים להכין אוכל טעים.

מרכז קהילתי "בית לגדול טוב"- רחוב לוחמי הגטאות 2 קריית ביאליק

גילאים	יום	שעה	מדריך	עלות
6-10	ראשון	17:30-18:30	איריס מלכה	180 ₪
11-21	ראשון	18:30-19:30	איריס מלכה	180 ₪

מועדון הכדורגל מכבי צור שלום

- המועדון מונה כיום עשר קבוצות ליגה גברים, שלוש קבוצות ליגה נשים וקבוצת וותיקים.
- קבוצת הבוגרים של המועדון משחקת בליגה א' צפון, קבוצת הנוער משחקת ליגה לאומית צפון.
 - קבוצת נערים א' משחקת בליגה ארצית צפון, קבוצת נערים ב' משחקת בליגה ארצית צפון
 - הקבוצות הבוגרות מתאמנות 4 אימונים בשבוע ומשחק בסוף השבוע
 - הקבוצות הקטנות מתאמנות 3 אימונים בשבוע ומשחק בסוף השבוע
- האימונים מתקיימים באצטדיון דשא ובמגרש האימונים הסינטטי בסמוך בכל ימות השבוע
- ליצירת קשר: טום: 050-8356202 מיכל: 054-2821908 | מיקום: הפרטיזנים 13, ק.ביאליק**

פטאנק

המשחק משלב יכולות טקטיות, שיתוף פעולה, כבוד הדדי, ריכוז, דיוק, מחשבה, קואורדינציה ושיווי משקל. המועדון משתתף בתחרויות התאחדות מועדוני פטאנק ישראל בכל הגילאים: דור צעיר, בוגרים וגיל הזהב (ליגת המתנ"סים).

ליצירת קשר: 0545604720 כרמלה שלו | מיקום: מגרשי הפטאנק רח' דרור 1, קריית ביאליק

התעמלות אמנותית – מכבי ג'ים קריית ביאליק

התעמלות אומנותית – ענף ספורט אולימפי – המתאמנות מגיעות לרמה בינלאומית ומייצגות את המדינה בתחרויות בינלאומיות. מפתח משמעת עצמית גבוהה, גמישות, קואורדינציה, כושר, עיצוב הגוף, כוח רצון וביטחון עצמי. תורם לפיתוח הגוף בתחום האסתטי, חוש מוסיקלי.

ענף המשלב מוסיקה, ריקוד, בלט, אקרובטיקה עם דילגית, חיפוק, כדור, אלות וסרט.

ליצירת קשר: למאמנת ראשית אנג'לה פלדמן נייד: 052-2369817

מתחילות ומתקדמות: אולם הספורט בית הספר הבונים (רח' דפנה 29, קריית ביאליק)

קבוצות תת-נבחרות ונבחרת: אולם הספורט בית הספר אפק (רח' דרור 2, קריית ביאליק)

4fitness - פעילות גופנית כדרך חיים

בניית תכנית מתאימה באמצעות תהליך כניסה הדרגתית לפעילות ספורטיבית. אנו מנהלים ומאמנים קבוצות ריצה, שחייה וטריאתלון עם ייעוד פשוט – לעזור לקהל הרחב לשלב פעילות גופנית כדרך חיים. הקבוצות שלנו מתחלקות לרמות, החל ממתחילים ועד למתקדמים בקטגוריית המבוגרים ומילדים בבית ספר יסודי ועד נוער טרם גיוס צבאי בקטגוריה הצעירה.

ליצירת קשר: נמרוד 050-5624547 | קוני 052-6422386 | טל 052-3066216

מיקום: קאנטרי "אפק" - רח' הדרור 2 קריית ביאליק או ברח' החלקאים 6 כפר ביאליק.

קדימרגל

חוגי כדורגל – בדגש על לימוד יסודות והבנת משחק הכדורגל, עבודה בצוות, חיזור בטחון עצמי, יכולות חברתיות, דגש על חיזוק קואורדינציה וזריזות מחשבה – קיום טורנירים חיצוניים.

ליצירת קשר: 052-8447866* כדור מתנה לנרשמים עד 20.8.19



מכבי שחייה קריית ביאליק

פעילות ענף השחייה תורמת לפיתוח הילדים מבחינת המשמעת, ההתמדה ופעילות אישית במסגרת קבוצתית. כמו כן היא תורמת משמעותית לבריאות ולחיזוק.

מכבי ביאליק פעילה בעיר כ-60 שנה ומקיימת חוגי שחייה לגילאי 5-75 – הפעילות מתקיימת בבריכת אפק בקריית ביאליק השחינים משובצים עפי' גילם ורמת השחייה.

ליצירת קשר: 04-8743992 | מיקום: קאנטרי "אפק" – רח' הדרור 2, קריית ביאליק



מועדון הגלגליות קריית ביאליק

- **ענף קבוצתי (הוקי גלגליות) – ענף הישגי המפתח אצל הילדים/ות קואורדינציה גבוהה, יכולת חשיבה מהירה, כושר גופני, כוח מתפרץ ויכולות חברתיות, משמעת אישית, ומיומנויות רבות.**
ימי פעילות: ראשון ושלישי 17:00-18:00 | עלות 240 ₪
- **ענף אישי (החלקה אמנותית על גלגליות) – ענף הישגי המפותח מאוד בארץ ובעולם, מפתח מאוד את היציבות, הגמישות, הביטחון העצמי, דימוי הגוף, טכניקה, סגנון ויצירתיות בתחום הריקוד. שילוב של שיעורי בלט הן לבנים והן לבנות, הופעות, תחרויות, והמון פעילויות וכיף.**

ימי פעילות: שני וחמישי | מתחילים 17:00-18:00 / מתקדמים 18:00-19:00 | עלות 240 ₪

ליצירת קשר: 04-8448557 | מיקום: רח' דרור 1, קריית ביאליק

האקדמיה לטניס בקריות

במועדון קיימות קבוצות מתחילים, מתקדמים, מבוגרים וקבוצות תחרותיות (לילדים החל מגיל 5)

האימונים הם בקבוצות קטנות – לימוד ואימון יסודות הטניס תוך שימת דגש על פיתוח יכולות קואורדינטיביות, פיתוח מוטורי וכושר גופני בהדרכת מאמנים מוסמכים בוגרי וינגייט.

ימי פעילות: ראשון עד חמישי 15:00-22:00

ליצירת קשר: 052-2598920 רון גל |

מיקום: שד' וייצמן 39, קריית ביאליק



קבוצות לשנת הפעילות 2019-2020

בית הפועל-דפנה 54, ק. ביאליק

מחיר לחודש	הוראות	זמן הפעילות		גיל	#
		שעות	ימים		
250 ש"ח	ללא ניסיון	16:00-16:45	ב', ד'	5-6 גן חובה	1
250 ש"ח	ללא ניסיון	17:00-17:45	ב', ד'	6-7 כיתות: א', ב'	2
250 ש"ח	ניסיון לפחות שנה	18:00-18:45	ב', ד'	8-9 כיתות: ג', ד'	3
280 ש"ח	ניסיון בהתעמלות לפחות שנתיים	19:00-20:00	ב', ד'	10-12 כיתות: ה', ו'	4
330 ש"ח	השתתפות בתחרויות הליגה בפס אקרובטיקה	16:15-17:45	א', ג', ה'	8-12 כיתות: ב'-ו'	5
360 ש"ח	השתתפות בתחרויות ארציות בפס אקרובטיקה	18:00-20:00	א', ג', ה'	12-19 כיתות: ז'-יב'	6



מועדון טופ טניס

חוגי טניס לילדים, נוער ומבוגרים המועברים על ידי צוות מאמנים מיומן ומקצועי.

מיני קטנטנים גילאי 4-6: פעם בשבוע לומדים את יסודות הטניס, בסיס המשחק, פיתוח קואורדינציה וקשר עין יד.

טניס לילדים ונוער גילאי 7-18: אימונים פעמיים בשבוע ובהם הקניית יסודות הטניס לילדים ונוער בצורה יסודית ופיתוח כושר גופני.

אימוני מבוגרים: אימונים פעמיים בשבוע להקניית יסודות הטניס וכושר גופני, השתתפות בליגות איגוד הטניס.

טניס תחרותי בהתאמה אישית: תוכנית מותאמת אישית ברמה מקצועית השתתפות בתחרויות ארציות ובינלאומיות מחנות אימונים בארץ ובחו"ל.

במועדון מתאמנים שחקנים המדורגים במקומות הראשונים בארץ!

האימונים מתקיימים בשלוחות: צור שלום, עופרים, רקפות

לפרטים נוספים: יעל מנדל 052-4555458



תנועת של"מ

שירות לאומי למבוגר הינו תנועה ארצית שהוקמה לפני 13 שנה במטרה להציע לאנשים הפורשים ממעגל העבודה נחיתה רכה ומשמעותית לשעות הפנאי שנוצר בפניהם. התנועה מהווה מסגרת התנדבותית הולמת לפעילות הפורשים ולאזרחים ותיקים במטרה לתת מענה לצרכיהם הקהילתיים. המתנדבים בעיר זוכים לתכנית הכשרה בתחומי ההתנדבות וכן לתוכנית תרבותית עשירה, חוגים ואירועים.

שמעון לוין
רכז של"מ יישובי

סמי בניסטי
רכז המתנדבים העירוני

אנגלית

מדריך	שעה	יום	גילאים
אנדרי מאמו	10:00-11:30	חמישי	גמלאים

ספרדית למתחילים ולמתקדמים

מדריך	שעה	יום	גילאים
רות	08:30	רביעי	גמלאים מתחילים
רות	10:30	רביעי	גמלאים מתקדמים

צרפתית

מדריך	שעה	יום	גילאים
מזי מאמו	09:30-11:00	ראשון	גמלאים

קיפול נייה, סריגה וייצור בובות שונות

מדריך	שעה	יום	גילאים
רינה לב	10:00-12:00	ראשון	גמלאים

טלוויזיה קהילתית

הטלוויזיה הקהילתית בקריית ביאליק קיימת 8 שנים, פועלים 18 מתנדבים בתחומי צילום, ראיונות, קריינות, הגשה, עריכה, תחקירנות ועוד. הפעילות כוללת כתבות בענייני חינוך, תרבות, פנאי, משפחה, ספורט, תקשורת, אמנות ותחומי עניין נוספים המתקיימים בעיר עצמה ומחוצה לה. במסגרת כתבות אלו ראינו אנשים מוכרים לדוגמת מר שמעון פרס ז"ל, בוגי יעלון, חיים טופול, עמיר פרץ, ד"ר אליקים רובינשטיין, גבי עמרני, אופיר אקוניס, נחמן שי, מירב מיכאלי, גילה גמליאל, רויטל סויד, ננסי ברנדס ועוד רבים נוספים.

צהרונים



צהרונים רשת המתנ"סים הינם המענה הטבעי והמתאים ביותר להמשך המסגרות החינוכיות של שעות הבוקר. היעד המרכזי של הצהרון הוא מתן יחס אישי לכל ילד, התייחסות לעולמו הרגשי והקניית מיומנויות חברתיות בדרך חווייתית ומעשירה.

כך, לכל צהרון תכנית חינוכית מובנית, פעילות העשרה, תפריט ארוחת צהרים מאושרת על ידי דיאטנית ועוד. הצהרונים שייכים לרשת ארצית - "צהריים טובים" אשר נותנת מענה פדגוגי ומקצועי לצוותי הצהרונים. בנוסף לפיקוח הנ"ל, הצהרונים מוכרים על ידי משרד העבודה והרווחה, הכרה זו נותנת גם פיקוח על ידי המדינה, וגם תומכת כלכלית בהתאם לסטנדרטים של המשרד. זוהי השנה השלישית שפועלת בעיר תכנית "ניצנים" של משרד החינוך. התכנית מפוקחת ומחייבת סטנדרטים להפעלת הצהרון, נוסף לסבסוד הצהרונים לכיתות א-ב. הצהרונים פרוסים בגני הילדים ברחבי העיר, ובכל בית ספר יסודי.

אתם מוזמנים להגיע ולהתרשם.

מעון הפרפר

מעון הפרפר נמנה כחלק מרשת מעונות היום הקהילתיים בחברה למתנ"סים ובהנחיה פדגוגית של רשת "התחלה חכמה". המעון בפיקוח משרד התמ"ת, מיועד להורים עובדים ולומדים. המעון שואף להעניק בית חם וסביבה תומכת לילדים ולהורים כאחד, תוך יצירת סביבה חינוכית בתנאי לימוד אופטימליים לילדים על פי צרכיהם הרגשיים והקוגניטיביים. צוות המעון פועל בשיתוף ההורים והופך את המעון למרכז חינוך ותרבות מעשיר להורים ולקהילה.

מעון הפרפר: כתובת דרך רבין 7 טלפון: 04-8759351

23:00 מופע
21:30 שירה
בציבור
20:45 מוסיקה
לריקודים

ערבי זמר

2020 - 2019

קרית ביאליק שרה

29.11.19

אביבה אבידן

שירה בציבור: איילה לוי

אביבה אבידן במופע קצבי ואנרגטי עם להיטיה הגדולים: "יהיה בסדר, פרי גנך איש יקר כותל המזרח ועוד.. לצד להיטים עבריים מכל הזמנים.



25.10.19

צעירים לנצח

שירה בציבור: אלנה כץ

המופע המושלם בהנחיית דליה מזור ובו חיקויים וקטעי בידור חדשים של טוביה צפיק, שירה היפים של מירי אלוני, סיפורים נוסטלגיים מצחיקים ומרגשים של גדעון רייכר ובעיקר... המון אופטימיות!!!



31.1.20

מארשל מרין

שירה בציבור: עוזי רוזנבלט

והילה איתן
"Paris Magic" בכיכובו של הזמר הפריזאי והפרפורמר מרשל מרין, טובי נגניו, המעניק חווית מופע בינלאומי אותנטי, בג'אנר הצרפתי, לקהל רב חוצה דורות, מחבר תרבויות ואדם לאדם. עם השנסונים והלהיטים הצרפתיים האהובים - במחווה לגדולי הזמר הצרפתי, לדורותם!



27.12.19

ננסי ברנדס

שירה בציבור: דני כץ

ננסי ברנדס במופע "דואט" מופע ייחודי בו מבוצעים שירים ממחזות זמר מפורסמים ושירי פופ בביצועים מיוחדים ומתובלים בהומור כפי שרק ננסי יודע.



28.2.20

אהרון פורה

שירה בציבור: חגית קליש

סיפורים ושירים מהחצר הירושלמית. סיפורים מבית אבא, שירים ישראלים בניחווח ירושלמי, רומנסות בלדינו ועוד..



27.3.20

אורנה דץ

שירה בציבור: גילה שרון

אורנה דץ שרה עם הקהל את השירים הישראליים הכי יפים, הכי שמחים והכי מרגשים: שירי להקות צבאיות, שירי מסורת, שירי שנות ה-70, כאן נולדתי, מחרוזת שירי אירוויזיון, שירי אריק איינשטיין ועוד...



24.4.20

סקסטה

שירה בציבור: אלנה טובים

רביעית הפופ הנוסטלגית עם השירים היפים: נולדתי לשלום, סינדרלה, הרדיו שלי, אני עושה לי מנגינות, הדודאים, הכל זהב ועוד...



עלות מנוי ל - 7 מופעים | 700 ₪
עלות מופע בודד | 120 ₪



מתחם ייחודי מסוגו לאומנויות החול!

- ★ הנפשה על שולחנות אור חול
- ★ תיבת אור - צבע ומנדלה בחול
- ★ פיסול בענק בארגזי חול
- ★ חדר חושים ותיבות סיפור בחול
- ★ תיאטרון צלליות מעל במת חול
- ★ עמדת מייצג לפיסול אומנותי ועוד...

יוצרים יחד זמן קסם!

- ★ להורים וילדים / משפחות / שמחות ואירועים מיוחדים
- ★ סדנאות תוכן / מפגשי אומן / העשרה מקצועית לצוותים
- ★ כניסה מגיל שנתיים ומעלה * יש להזמין מקום מראש



קבוצות ומוסדות:

058-6688654

משפחות ובודדים:

mqb.org.il

להזמנות:

הצטרפו אלינו לדף הרשמי והתעדכנו ב-  "החול יכול"

הספרייה העירונית

תושבים יקרים!

הנכם מוזמנים לבקר בספרייה העירונית שברחוב אפרים 30 וליהנות משירותי השאלה -
חינם כפוף בפיקדונות.

הספרייה מציעה מגוון רחב של פעילויות:

- * שרותי השאלת ספרים במס' שפות * שרותי השאלת ספרים לילדים ולנוער * השאלת סרטי DVD, ספרים מוקלטים, כתבי עת כופולאריים * חדר עיון - עמדות מחשבים, שרותי אינטרנט, צילום, הדפסות *
- * משחקייה לגילאי 1-5 * השאלה דיגיטאלית למנויי הספרייה בלבד *
- * אירועי תרבות לקהל המבוגרים והילדים במהלך השנה *

הספרייה העירונית פתוחה בימים א'-ה' בין השעות 16:00-19:40
וביום ג' בשעות הבוקר: השאלה מבוגרים בין השעות 10:00-12:00

המשחקייה פתוחה בימים א'-ה' בין השעות 16:00-19:00
ובימים ב', ד' בין השעות 9:00-12:00

פרטים נוספים בטלפון: 04-6658602 / 04-6658605

בנוסף ישנו סניף **ספרייה רוסית** בשכונת צור שלום אשר ממוקם במתחם המרכז
הקהילתי.

פתוח בימים שלישי 8:00-12:00 ורביעי 15:30-19:00.



מועצת נשים

מועצת הנשים העירונית פתוחה לכל נשות העיר, בכל גיל על מנת לאפשר לנשים להיות מעורבות בחיי הקהילה בקריית ביאליק. לתרום לאוכלוסיות נזקקות ולקבל סדנאות העשרה והרצאות במגוון נושאים. ישיבות המועצה מתקיימות אחת לחודשים בקירוב ובנוסף מתקיימות מגוון פעילויות לרווחת נשות העיר במהלך כל השנה, סדנאות, הרצאות, אירועי שיא ועוד.

מועצת הנשים מעודדת את נשות העיר לפעילויות התנדבות בתחומים שונים למען תושבי ביאליק מקטן ועד גדול. הצטרפות למועצת הנשים פתוחה בפני כל נשות העיר - לפרטים ניתן להיכנס לדף הפייסבוק "מועצת נשים קריית ביאליק".

מחכות לכן -

ענת וורמברנד

חברת מועצת העיר, יו"ר מועצת נשים

טלי סוקניק

יועצת ראש העיר לקידום מעמד האישה



דברים טובים
קורים בקריית ביאליק



ימי שבת

11:00

**אשכול פיס
רח' דפנה 52
קריית ביאליק**

עלות הכרטיס 20 ₪

לפרטים נוספים:

מזכירות הרב תכליתי

04-9128341

אשכול פיס

04-8782300

ניתן לרכוש:

במזכירות הרב תכליתי, דפנה 56

ובאתר האינטרנט

www.mqb.org.il

5.10.19 | ירון דקל
פרשן פוליטי ב"רשת" (ערוץ 13)
בהרצאתו "התקשורת בישראל – שדה מוקשים או מגרש משחקים", מסביר דקל איך מעלים ומורידים נושא לסדר היום הציבורי? מה הכלים להתמודד עם התקשורת?



2.11.19 | רון בן ישי
עיתונאי ופרשן לענייני ביטחון ב"ידיעות אחרונות"
בהרצאתו "תמונת מצב בטחונית מדינית" סוקר בן ישי ומנתח את ההתפתחויות האחרונות.



7.12.19 | יוסי מזרחי
עיתונאי וכתב תחקירים ומגזין בחדשות ערוץ 12
לאורך עבודתו ככתב סיקר את מלחמת לבנון השנייה, את שחרורו של גלעד שליט ואת השריפה בכרמל. מעביר את הרצאתו: "העולם האמיתי מאחורי חוסר ההשפעה של התקשורת".



4.1.20 | לינוי בר גפן
אשת תקשורת
בהרצאתה "נשים וגברים בתקשורת" בוחנת איך התקשורת והרשתות החברתיות מציגות גברים, נשים ואת מה שמתחולל ביניהם.



1.2.20 | ליאור אקרמן
סיים שירותו בשב"כ כראש חטיבה וכסגן ראש אגף
בהרצאתו "ישראל ו-12 השבטים" מתאר את האמת והעובדות מתוך מסדרונות הממשל והמודיעין, שהפוליטיקאים והתקשורת לא מספרים.



7.3.20 | נחמיה שטרסלר
עורך בכיר לכלכלה וחברה ב"הארץ"
הרצאתו "ושלא יעבדו עליכם" היא הרצאה אקטואלית שעוסקת בטבע האדם: איך עובדים עלינו ומדוע אנחנו נופלים בפח.



4.4.20 | נס לי ברדה
עיתונאית חוקרת ואשת טלוויזיה
אחראית על חשיפות רבות בינהן הכת של גואל רצון, פרשת רונאל פישר ורות דוד, התיעוד הבלעדי של אתי אלון ועופר מקסימוב ועוד.



שַׁבַּת
תַּרְבּוֹת
2019
2020
קריית ביאליק



לב אוהב

פרויקט לב צור שלום, הינו חלק מתכנית 100 לבבות של עמותת "לב אוהב" אשר שמה לה למטרה לחזק 100 שכונות בישראל למען שיפור איכות חייהם של התושבים.

הפרויקט הינו שיתוף פעולה של חברת playtika, עמותת 'לב אוהב', עיריית קריית ביאליק ורשת המתנ"סים. התוכנית נולדה בזכות חיבור מוצלח של מספר גופים הן מהמגזר הפרטי והן מהמגזר הציבורי לחשיבה משותפת על עתיד השכונה ועתיד ילדיה והחלה לפעול בשכונה באפריל 2018 אשר אותה מנהלת קארין כהן.

עמותת לב אוהב משקיעה בשכונת צור שלום, הן במסגרות הפורמליות, הבלתי פורמליות, מתנ"ס, מסגרות רווחה ועוד.

בדצמבר 2018 הוקם מועדון הילדים "יחד - בשביל ה-♥" בשיתוף עיריית קריית ביאליק, רשת המתנ"סים ושבת הצופים.



מועדון הילדים מהווה מוקד פעילות שכונתי לילדי שכונת "צור שלום", הפעילות מתמקדת בגילאי בתי ספר יסודיים, כיתות ג'-ו'.

המועדון פועל 3 פעמים בשבוע בימים שני, שלישי וחמישי ומופעל ע"י רכזת שכירה, צופים, סטודנטים, מעורבות חברתית, מכינת גל והורים פעילים מהשכונה.

קהילה גאה

השנה החלה לפעול ברשת המתנסים תוכנית בינוי קהילה גאה וזאת במטרה לחבר בין אנשים בני 21+ המשתייכים לקהילה הגאה הבוגרת בינם ובין עצמם חיזוק תחושת השייכות בתוך קהילת המתנ"ס, להוביל שינוי עמדות בקרב כלל הקהילה אליה הם משתייכים תוך קיום פעילות חברתית קהילתית משותפת, נפגשים בימי שלישי קבוע להרצאה, לשיח, מפגש חברתי וביום שישי קבלות שבת (אחת לחודש).

המחלקה לתרבות תורנית פועלת לאורך השנה למען חיבור ללבות והכרת העולם היהודי באמצעות ציון חגי ישראל, סיורי מורשת, הרצאות וסדנאות לכלל הגילאים.

בין הפעילויות השונות מתקיימים: ערב פייטנים לקראת חגי תשרי, שמחת תורה, חנוכה, פורים, סדר פסח, ל"ג בעומר, ערבי נשים, פעילויות לוועדי בתים ועוד.

על מנת לקחת חלק בפעילויות עקבו אחרי הפרסומים באתר העירייה והפייסבוק העירוני.

שמחה צובטרו
רכזת תרבות תורנית



בניהולה של אנה אסף

לימודים יחידניים וקבוצתיים: כלי קשת, כלי נשיפה, כלי הקשה, כלי פריטה ופיתוח קול.

לגיל הרך: בהשתתפות ההורים ב"משחקה מוסיקלית"
לגילאי 4-6

שיעורים עיוניים נלווים: תזמורת כלי קשת / תזמורת כלי נשיפה / צוותים קאמריים, מקהלות, הכנה והגשה לבחינת בגרות בנגינה ובמקצועות תורת המוסיקה, שיעורי נגינה למבוגרים ולמורים בשנת שבתון (יחידני או בקבוצות)

הרשמה במשרד הקונסרבטוריון, רח' הדפנה 51, קריית ביאליק,
בימי א'-ה' בין השעות 16:00-19:30 ובימי א' ו-ג' בין השעות 10.00-13.00

לפרטים ולהזמנת הופעות יש לפנות: 04-8730024 או info.amuta@gmail.com

"עמיתים" שילוב ושיקום חברתי של אנשים המתמודדים עם מגבלה נפשית, פרי שיתוף הפעולה בין החברה למתנ"סים ומשרד הבריאות. תכנית "עמיתים" מציעה תמיכה לשילוב חברתי בקהילה עבור אנשים המתמודדים עם מגבלה על רקע נפשי.

למי מיועדת תוכנית עמיתים? לבני 18 ומעלה המתמודדים עם מגבלה נפשית, בעלי 40% נכות נפשית מביטוח לאומי ובעלי סל שיקום של משרד הבריאות.

מה מציעה התוכנית למשתתפיה?

- מלגה כספית חודשית להשתתפות בכל חוגי המתנ"ס בתחומים: ספורט, יצירה, תיאטרון, ריקוד ועוד.
- ליווי פרטני של רכזת עמיתים וסיוע בשיקום חברתי.
- אפשרות להשתלבות בתהליכי התנדבות בקהילה.
- השתלבות בפעילות כמסבירנים בנושא בריאות הנפש למעוניינים בכך.

מי אנחנו?

תכנית קהילה נגישה מופעלת בקריית ביאליק ומבוססת על התארגנות מקומית של אנשים עם מוגבלות הפועלים בשיתוף עם אנשי מקצוע בקהילה, לצורך הגברת הנגישות הפיזית, החברתית והשירותית וכדי לקדם השתלבות מלאה של אנשים עם מוגבלות בקהילה. פעילות התכנית מאפשרת שינוי עמדות בקהילה, הגברת הנגישות ועוד.

נשמח לצרף פעילים חדשים להתנדבות הקהילתית שלנו.

לקבלת פרטים נוספים ניתן לכתוב במייל: k-negisha@qb.matnasim.co.il



* כתיבה/הלחנה * עיבוד מוזיקלי * סינגלים *
* שיר בר מצווה * שיר בת מצווה *
* ברכות כלה * שיר חתונה *

לפרטים נוספים: 04-9128341

El moadon de pensionados sud Americanos

sito en la calle A-Palmah 51

Tel: 050-7446149 ,04-8747815

Yserealizan actividades:

- Charla de temas de salud
- Fiestas de cumpleaños
- Juegos de mesa como ser Borako,Rummy,Truco
- Pilates
- Yoga
- Enseñanza de hebreo
- Tardes de Cine

Клуб "Ган мирьям"

Адрес: ул. Керен ха-Йесод 59

Телефон: 04-8147959

В клубе проводятся следующие мероприятия:

- шахматный кружок
- уроки иврита
- кружок рисования
- оздоровительный курс Альфа-здоровье
- кружок оздоровительной гимнастики
- творческие вечера и концерты
- экскурсии и туры в течение года
- клуб ветеранов – Героев Великой Отечественной войны

Клуб "Кафе Британия" (Бренер)

Адрес: ул. Бренер 5

Телефон: 04-8777196

В клубе проводятся следующие мероприятия:

- кружок оздоровительной гимнастики
- компьютерный кружок
- кружок рисования
- кружок караоке
- кружок народных танцев
- кружок укрепления когнитивных процессов
- клуб ветеранов - Героев Великой Отечественной войны
- кружок иудаизма
- уроки иврита
- оздоровительный курс Альфа-здоровье
- проект "Мофэт"
- социальные мероприятия для переживших Холокост: беседы, лекции и легкий завтрак

פעילות בבית הידידות:

גוף מפעיל	שעות פעילות	ימי פעילות	שם פעילות
הרשות/מוקד קליטה	17:00-19:00	יום א'	מוכנות לכיתה א'
	18:00-20:00	יום א'	העצמת נשים דרך ריקוד המסורתי
	17:30-19:30	יום א'	גינה קהילתית
אשת חייל	17:30-20:00	יום ב'	העצמת נשים / אשת חיל לנשים
מגבית ברטניה	16:00-20:00	יום ב'	פרויקט בר מצווה
עמותת "פידל"	18:00-20:00	יום ג'	סדנת הורים – בנושא חינוך
עיר ללא אלימות / מוקד קליטה	16:00-18:00	יום ד'	חוג צילום לילדים
הרשות/מוקד קליטה	17:00-19:00	יום ד'	חוג מחשבים לקהילה - מבוגרים
מעון נאות מרגלית	17:00-20:30	יום ד'	השתלמות צוות מעון
רשת המתנ"סים	16:30-20:00	יום ה'	הכנה לבר מצווה

מחלקת נוער

מועצת הנוער העירונית: כיתות ח'–י"ב

בני נוער נבחרים מחטיבות הביניים והתיכון ומתנועות וארגוני הנוער, מובילים ומנהלים את הפרויקטים העירוניים לנוער. המועצה מרכזת את פעילות הפנאי לבני הנוער בעיר, מייצגת את קול הנוער בוועדות השונות בעירייה ודואגת לרצונותיהם ולצרכיהם של בני הנוער.

תכנית הגל שלי: כיתות יו"א

תכנית חינוכית המאפשרת לבני הנוער "לתפוס כיוון לחיים". בתכנית ישתתפו 14 בני נוער, תלמידי תיכון אשר יילמדו גלישת גלים ככלי חינוכי להתמודדות עם אתגרים. 15 מפגשים שבועיים של שלוש שעות לכל מפגש, הפעילות תתקיים בכפר גלים וכוללת הסעה. * נדרש ראיון קבלה לתכנית.

תכנית יזמות יוניסטרים - Start Up Now - כיתות ט'–י"ב

תכנית חדשנית המפעילה קבוצת יזמות לבני נוער, במסגרתה בני הנוער לומדים מושגים מעולם העסקים, כלכלה ויזמות. במקביל הם מקימים חברת סטרטאפ ומתנסים הלכה למעשה בתהליך היזמות החל משלב הרעיון ועד לייצור ומכירתו. התהליך מלווה על ידי עשרות אנשי עסקים בכירים מתחומים שונים המסייעים לבני הנוער בפיתוח המיזם העסקי. ליאור: 054-3546108

"אחריי" - הכנה לצה"ל - כיתות י"א–י"ב

קורס ההכנה לצה"ל משלב הכנה פיזית ומנטלית לשירות הצבאי לבני נוער בכיתות י"א–י"ב. שני מפגשים בשבוע הכוללים אימון פיזי והעברת מידע תוך כדי פעילות מתקיימים סדר שטח, סדרת מנהיגות, ביקורים במוצבים ובסיסי צה"ל, יוזמות התנדבותיות בקהילה וכן פעילות והעשרה. ארתור: 052-3558828

אחריי בשטח - כיתות ט'–י

יש לכם מרץ? אחריי בשטח, קבוצת סיור לכיתות ט'–י' קוראת לכם! הצטרפו לקבוצה המשלבת טיולים, ידיעת הארץ, פיתוח עצמאות וכושר גופני ומעורבות סביבתית וקהילתית. הפעילות מתקיימת פעמיים בשבוע אחה"צ.

נוער לתת - כיתות ז'–ט'

ארגון הנוער הוקם במטרה לחנך לערכי התנדבות, סולידריות חברתית ולהקנות לנוער הישראלי ערכים של ערבות הדדית ונתינה, לפתח מנהיגות ולעודד יזמות חברתית למען יצירת חברה צודקת וטובה יותר. מעורבותם של בני הנוער בפיתוח יוזמות חברתיות והתנסותם בהתנדבות באופן עקבי, מסייעים בבניית חברה סולידרית ומשפיעים על דמותו של הנוער הישראלי.

המחנות העולים

מחנה קריית ביאליק, כיתות כיתות ד-י"ב
לפרטים: 054-6265104, לילך רכזת המחנה
כתובת: דפנה 54



תנועת הצופים

שבט להבות, כיתות ד-י"ב
לפרטים: 052-6883879 אמיר
הפעילויות מתקיימות בשני מוקדים:
* הערמונים 1 (מאחורי בניין הרב תכליתי)
* בשכונת צור שלום במועדון הקרנף רחוב הפרטיזנים 10



לפרטים נוספים:

מחלקת הנוער - עיריית קריית ביאליק

רח' ההגנה 12, נייד: 054-2695726, 04-6211596

חפשו אותנו בפייסבוק: מועצת הנוער קריית ביאליק
או באינסטגרם: bialiknoar

תנועת הנוער העובד והלומד

קן ביאליק כיתות ה-י"ב
לפרטים: 0542727888, עדי רכז הקן
כתובת: בית ספר הבונים, דפנה 42





רשת המתנ"סים קריית ביאליק  | www.mqb.org.il