



חמש



# חוגים תרבות העשרה

תשפ"א 2020/21

[www.hamesh.co.il](http://www.hamesh.co.il)

ד"ר פלורא. חווי.פ.

## תושבים יקרים,

יש לנו פנאי בשבילך, בשבילכם, היא הסיסמה שמלווה את החברה העירונית חמש בכל תחומי פעילותה. אנו שוקדים כל העת על גיבוש תוכן ופנאי איכותיים במגוון תחומים ולכל גיל, כך שנוכל לתת מענה לצורך, לרצון ולאהבה של כל אחת ואחד מכם.

את שנת החוגים החדשה אנו מתכננים בתנאי אי וודאות ועם הרבה סימני שאלה, נוכח משבר הקורונה העולמי. אנו תקווה שיימצא המתווה שיאפשר לנו לפעול ולהעניק את ההזדמנות לפעילות מהנה ומפיגה – לגוף ולנפש. החברה העירונית חמש תפעל כמובן בהתאם להנחיות התו הסגול ולמדיניות הממשלה, כדי לשמור קודם כל על בריאותכם.

אנו מודים מכל הלב למדריכות ולמדריכים המסורים שלנו, שעברו השנה התמודדות לא פשוטה ומקווים שהשנה הבאה תהיה פשוטה ונעימה יותר.

## צוות החברה העירונית חמש ואנחנו מאחלים לכם שנה מעניינת, מהנה ובריאה.



**איתן פטיגרו**

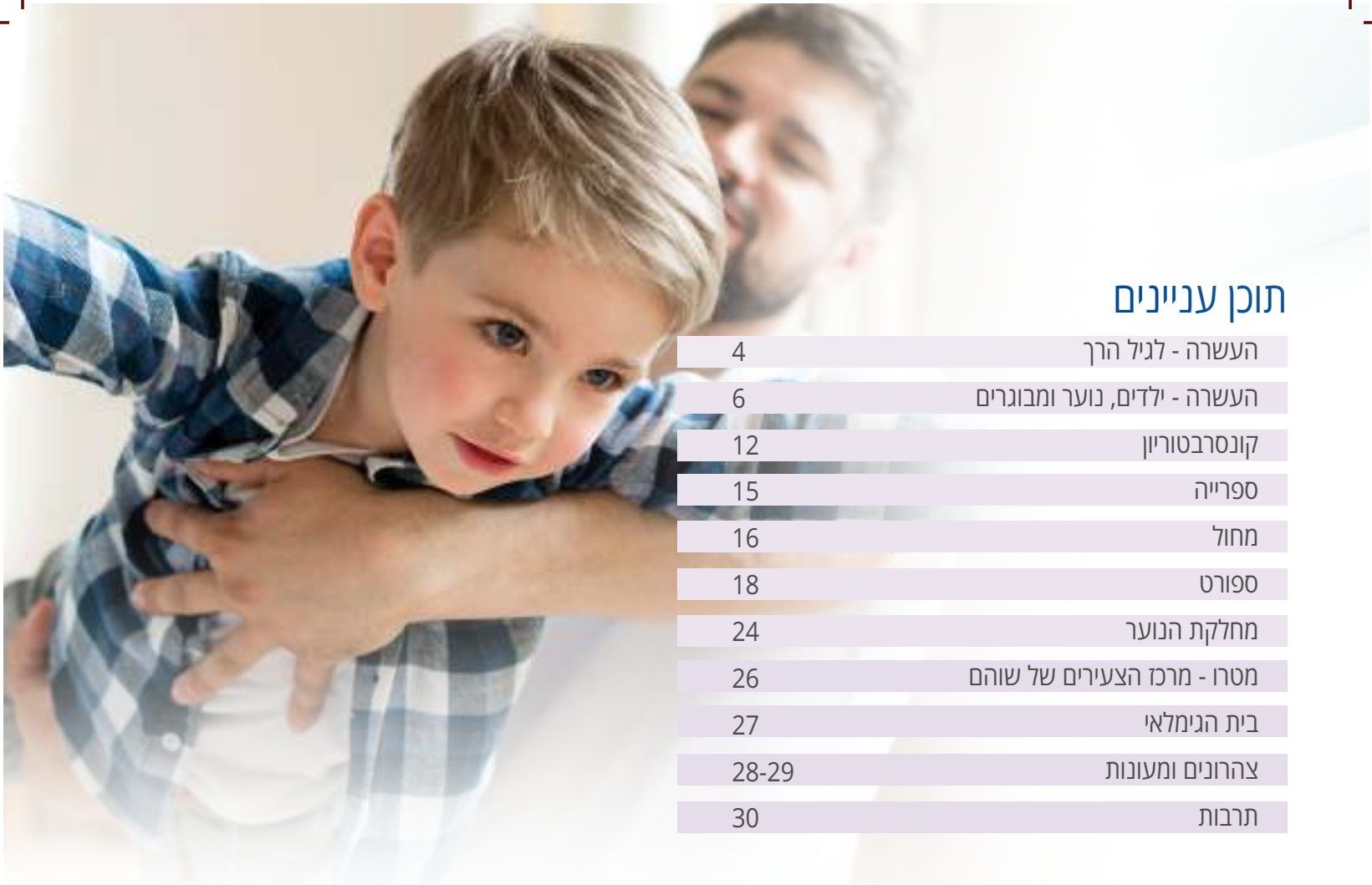
ראש המועצה  
יו"ר דירקטוריון חמש



**אילין קומה**

מנכ"ל החברה העירונית חמש

- **מוקד חמש** שד' עמק איילון 32, 03-9723001, שלוחה 1.
- **העשרה** כותר הפיס, הכרמל 6, טל': 03-9724729.
- **ספורט** רח' החושן 2, אולם תיכון שוהם, טל' מזכירות: 03-5284673.
- **מרכז חמש למחול-דוליארט** שד' עמק איילון 32, טלפון: 03-9795201, נייד: 054-5592031.
- **קונסרבטוריון שוהם** שד' עמק איילון 32, טל': 03-9723042.
- **ספרייה** כותר פיס, רח' הכרמל 6, טל': 03-9723048.
- **מטרו - מרכז הצעירים של שוהם** רח' נרקיס 4, שוהם, טל': 03-5428699.
- **יחידת הנוער** שד' עמק איילון 49, טל': 03-9794530.
- **בית הגימלאי**, רח' תפן 2, טל' 03-9794863.
- **מרכז אמנויות הבמה**, שד' עמק איילון 47 שוהם, טל' 03-9724700



## תוכן עניינים

4	העשרה - לגיל הרך
6	העשרה - ילדים, נוער ומבוגרים
12	קונסרבטוריון
15	ספרייה
16	מחול
18	ספורט
24	מחלקת הנוער
26	מטרו - מרכז הצעירים של שוהם
27	בית הגימלאי
28-29	צהרונים ומעונות
30	תרבות

## טבלאות ימי פעילות

31	הגיל הרך
34	ילדים
42	נוער
48	מבוגרים
52	אזרחים ותיקים
55	נוהלי רישום ותשלום

# העשרה

## לגיל הרך

### סדנאות ליווי התפתחותי בשיטת "צעד ראשון"

עדי רכטמן, מלווה התפתחותית

#### ● בייבי בא הביתה לגילאי לידה - 4 חודשים

ארגז כלים להורים טריים להתמודדות עם קשיים יומיומיים ופתרונם.

#### ● מתהפכים ונהנים לגילאי 4 חודשים ומעלה

הכנה להתהפכות ושילוב התפתחות מתקדמים, הפרדות תנועה, התהפכויות, יצירת סביבה התפתחותית משמעותית לילדכם בהתאם לצרכי הגיל בליווי מוזיקה ותנועה.  
● 6 מפגשים בני שעה.

### סדנת שינה - חדש

לידה עד גיל שנה

יערה וייסבורט, מכשירת מנחות הורים באקדמיה של לריסה גינת, מדריכת הורים.

כיצד להגיע להירדמויות קלות ושינה איכותית. הפיזיולוגיה של הגוף במצב ערות לעומת מצב שינה ומאן הורמונלי מתאים, שלבים התפתחותיים, רגרסיות ועוד.  
● 3 מפגשים בני שעה וחצי.

העשרה כותר פיס: הכרמל 6, טל': 03-9724729



## שיאצו תינוקות

לידה עד חצי שנה

**מאיה הופמן**, מומחית בטיפול בתינוקות וילדים ברפואה סינית.

למידה ותרגול שיטת מגע המותאמת לתינוקות, פשוטה לביצוע-התומכת בהתפתחות הרגשית והפיזית של התינוק, על ידי לחיצה בנקודות שונות בגוף, הידועות כבעלות יכולת תרפויטית.

● 3 מפגשים בני שעה.

## עיסוי תינוקות - חדש

לידה עד חצי שנה

**יערה וייסבורט**, מכשירת מנחות הורים באקדמיה של לריסה גינת, מדרכת הורים.

חשיבות העיסוי ותרומתו להורה ולתינוק. נלמד את חוקי העיסוי: מתי כדאי, איך לעסות ולמה חשוב לשים לב.

● מפגש חד פעמי, שעה וחצי.

## מעגל אמהות - חדש

**יערה וייסבורט**, מכשירת מנחות הורים באקדמיה של לריסה גינת, מדרכת הורים.

סדרה של מפגשי בוקר חוויתיים לסביבה תומכת ומעצימה בנושאי: המעבר לאימהות, זוגיות לאחר לידה, שינה, שפת הגוף, תזונה, סדר יום ועוד.

● 8 מפגשים, בני שעה וחצי.

## קורס החיאה ועזרה ראשונה לתינוקות וילדים

"מלאכי הדרך", הדרכות עזרה ראשונה וליווי רפואי

סדנה חד פעמית בת שעתיים וחצי של לימוד ותירגול.

## הדרכת הורים בשיטת אדלר

**מיכאלה צמח**, מנחת הורים מוסמכת מכון אדלר, מרצה ומכשירה צוותי חינוך, תואר שני ביעוץ ארגוני והתמחות באימון מנהלים.

- הסדנאות כוללות 10 מפגשים בני שעתיים.

## הכנה לכיתה א'

**ד"ר אורלי קיים**, ד"ר ללשון עברית אוניברסיטת בר אילן, מומחית בהוראה מתקנת ואסטרטגיות למידה. מודעות פונטית, עיצורים ותנועות, אותיות והברות, מילים וראשית קריאה.

● 5 מפגשים, בני 45 דקות כולל הדרכת הורים וחוברת עבודה.

## ילדים בתנועה - חדש

מגיל חצי שנה עד 3, לפי קבוצות גיל

**עדי לנדסמן**, גננת מוסמכת לגילאי 0-3, מדרכת תנועה לגיל הרך.

חוג תנועה להורים וילדים בשילוב מוזיקה ואביזרים, להתפתחות טובה ובריאה יותר תוך כדי תרגול חוויתי, משחק ותנועה. בשעות הבוקר ואחה"צ.

## מוזיקה יצירתית להורים וילדים

גילאי 2-6, לפי קבוצות גיל

**חני מייטליס**, בעלת תואר בחינוך ובאמנויות, מטפלת מוסמכת בילדים המאובחנים עם A.S.D. מדריכה חוגי מוזיקה לגיל הרך כ-25 שנה. פגישה קסומה בין הורים לילדיהם בשילוב מוזיקה, תנועה, יצירה, נגינה, המחזה והמחשה.

## ספורט עם סהר

גילאי 2.5-6, לפי קבוצות גיל

**סהר זייד**, בוגר יוגניט. הפעלת הילדים בדגש על חיזוק שרירי הגוף, חגורת הכתפיים, שיווי משקל ומוטוריקה והקניית מודעות לאורח חיים בריא.

## ילדים מנגנים

בשיתוף קונסרבטוריון שוהם

גילאי 3-7

**חמוטל זימרה**, תואר בחינוך מוזיקלי, ניצוח מקהלות וגיטרה קלאסית. האזנה פעילה, תנועה, ריקוד, הצגות וסיפורים שהמוזיקה היא המוטיב המרכזי בהם.

## אנגלית בשיטת הלן דורון

Fun with Flupe

גילאי 5-6

לימוד השפה בקלות ובטבעיות באמצעות שירים ופרקים מהנים של הרפתקאות מונפשות, שיחות, פעילויות למידה ומשחקים.



## אמנות רב תחומית - חדש

ילדים ומבוגרים

**ורד ברנע**, מורה, מדריכה לאמנות.  
**ילדים:** בחוג נתנסה במגוון חומרים ושיטות עבודה: עיסת נייר, קרמיקה, פסיפס ועוד.  
**למבוגרים:** DIY (Do it yourself)  
דגש על פסיפס, עיסת נייר, עיצוב בזכוכית.

## עץ, יצירה וסיפור - חדש ילדים

**איסי ישכר דוד**, יצירה בעץ באמצעות גילוף ושימוש בכלי עבודה שונים, המקנים כלים לפיתוח היצירתיות והדמיון, יכולת התכנון ופיתוח היכולות המוטוריות.

## שחמט

ילדים, נוער ומבוגרים

**מרכז דובדבן**, חברה ותיקה בתחום המחשבים וההדרכות, מבית קייטנת דובדבן.  
משחק חשיבה מהנה, מהווה כלי לפיתוח אישי, יכולת פתרון בעיות מורכבות, יצירתיות ודמיון, ריכוז ותכנון אסטרטגי.

## הייטק לגו ורובוטיקה

ילדים

**ד"ר לגו**, החוג מפעיל את הדמיון, מחדד יכולות טכניות ומאפשר לילדים סקרנים ללמוד כיצד לבנות, להצמיא ולשכלל ויספק להם כלים להצלחה.

## מדעים, תעופה וחלל - חדש

ילדים

בחוג זה יהפכו המשתתפים למדענים צעירים, יחקרו תופעות טבע ויערכו ניסויים מגוונים. כמו כן יתנסו בבניית דגמי מטוסים ומעבורות חלל.

## מבוכים ודרקונים - חדש

ילדים ונוער, בחלוקה לרמות

משחק תפקידים רב אתגרים, בו כל אחד מהמשתתפים הוא גיבור בעל כוחות מיוחדים, בעולם הפנטזיה. המשחק תורם להתנסות בדינמיקה קבוצתית, פיתוח הדמיון, חשיבה יוצרת ועוד.

## המחזמר

בימות 2000 בית הספר לתיאטרון ומחזות זמר

ילדים ונוער

**ארי אסנר**, במאי ומפיק מופעים ומחזות זמר.  
בשיעורים נלמד תיאטרון, תנועה ושירה. נתנסה בהקלטות ונשתתף בסדנאות אמן מקצועיות.  
בסיום השנה נעלה ערב מונולוגים ונפיק מחזמר.

## מוזיקה לילדים עם צרכים מיוחדים

**חמוטל זימרה**, תואר בחינוך מוזיקלי, ניצוח מקהלות וגיטרה קלאסית.

לימוד מוזיקה בדרך חווייתית: שירים, ריקודים, תיפוף וניגון על קסילופונים.  
● קב' קטנות, בליווי ההורים.

## בית הספר לתיאטרון חמש

ילדים ונוער

**בניהול פיליפ דומרב**, בוגר בית הספר למשחק, מכללת סמינר הקיבוצים, שחקן ובמאי.

**קבוצת הקטנטנים (כתות ב'-ה'):**

בהדרכת **לי מלכה**, לימודי משחק מהצעד הראשון, ביטחון עצמי, משחקי תיאטרון ויצירה אישית, דינמיקה קבוצתית.

**קבוצת המתקדמים (כתות ו'-ח'):**

משחקי תיאטרון ואימפרוביזציה, חיזוק הביטחון העצמי בעמידה מול קהל, מונולוגים, עיצוב דמויות מגוונות, עבודה אישית וקבוצתית.

**קבוצת "האנסמבל" (כתות ט' - י"ב):**

לימודי משחק ברמה הגבוהה ביותר, התמחות באימפרוביזציה מתקדמת, עבודת דמות, עבודה קבוצתית, ניתוח טקסט והעלאת שתי הצגות שנתיות.  
● מותנה באודישן לתלמידים חדשים.

## משחק מול מצלמה - חדש

נוער

**לי מלכה**, בוגרת בית הספר למשחק מול מצלמה והתיאטרון אימפרו, מנחת סדנאות משחק מול מצלמה, שחקנית ויוצרת פעילה.  
עבודת השחקן מול מצלמה, עבודת טקסט מסדרות וסרטים מוכרים,  
בניית סצינות קומיות ודרמטיות. הכרות של הרשתות החברתיות ויצירת תכנים מתאימים וויראליים.



# French Campus in Israel



## בואו ללמוד צרפתית בשהם

### בקמפוס הצרפתי בישראל

להרשמה יש להתקשר: 052-2212501  
רישום לחוג דרך מוקד חמש: 03-9723001

### הקורס יפוצל ל-7 רמות

- בוגרים \* מתחילים
- \* בוגרים רמת מתקדמים
- \* דוברי צרפתית
- ילדים \* תוכנית מיוחדת לילדים

### לוח זמנים לימי שני

ילדים	
16:30-17:15	מבוא לשעור צרפתית
17:15-17:45	מתחילים א
17:45-18:30	מתחילים ב
18:30-19:15	מתקדמים א
19:15-20:00	מתקדמים ב
20:00-20:45	דוברי צרפתית
20:45-21:30	כל תלמיד יכול להשתתף בשתי רמות שונות כפוף לאישור המורה.

### שיעורים פרטיים בימי א', ג', ה'

צרו קשר כדי להבטיח את מקומכם  
פרופסור מיכאל בר יהודה אייאש

054-544-7540



## פוטותרפיה

**מרחב יצירתי לטיפול מיומנויות חברתיות ילדים**

**קרן ציון**, יועצת חינוכית, פוטותרפיסטית ופסיכותרפיסטית בוגרת מכון אדלר. פיתוח יכולות חברתיות, כישורי אינטליגנציה רגשית באמצעות מפגשים בקבוצה קטנה המשלבים יצירה, משחקי חברה וצילום.

- 8 מפגשים בני שעה ורבע (כולל מפגש הכרות מקדים עם ההורים).

## ילדים יוצרים מציאות - חדש

**שירה הראל-אלבז**, אשת חינוך, מנחת סדנאות מנהיגות וזמזומות חברתית. תכנית להעצמת המסוגלות האישית והחברתית באמצעות תהליך נגרות וייצור מגרסאות מעוררות השראה תוך שימוש בכל עבודה.

- 6 מפגשים בני שעה וחצי ומפגש הכנה להורים.

## הום סטיילינג

**מבוגרים**

**דיפלומה**, בית הספר ללימודי תעודה והסמכה, מערך לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה. הקורס מקנה ידע וכלים בסיסיים בתכנון ועיצוב של הבית והלבשתו "סטיילינג".

כולל סיורים מקצועיים ופרוייקט אישי.

## יסודות הצילום - חדש

**נוער ומבוגרים**

**דובי פיינר**, בוגר מכללת הדסה לצילום וצלם בעל ותק וניסיון של שלושים שנה. עולם הצילום, צלמים וסגנונות והכרות עם ציוד הצילום שברשותנו.

- 16 מפגשים בני שלוש שעות, מתוכם 11 עיוניים ו 5 סיורים.

## צילום בטלפון חכם - חדש

**נוער ומבוגרים**

**דובי פיינר**, בוגר מכללת הדסה לצילום וצלם בעל ותק וניסיון של שלושים שנה. ניצול יכולות המצלמה באופן הטוב ביותר, תיכנון קומפוזיציה נכונה והימנעות מטעויות בדרך לצילום המנצח.

- שני מפגשים, בני 3 שעות.

## שוהם בשיר - חבורת הזמר

**מבוגרים**

**איתי לב**, מנצח, כותב, מלחין ומפיק מוזיקלי מוביל של חבורות זמר רבות ברחבי הארץ. חבורת זמר ייצוגית למבוגרים, המופיעה בכנסי מקהלות בארץ ובחו"ל, פסטיבלים, אירועים ישוביים וטקסים ממלכתיים.

- הקבלה מותנית במפגש להתאמה קולית.

## אנגלית מדוברת

**מבוגרים, מתחילים ומתקדמים**

**דיאלוג**, בית הספר לשפות, מערך לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה.

- השיבוץ יעשה לאחר בחינות רמה ותיאום צרכים.

## ערבית מדוברת שימושית

**נוער ומבוגרים, מתחילים ומתקדמים**

**וופא עוקבי**, מדריכה מנוסה לערבית, מתרגמת לערבית. דקדוק, דיבור ושיח, הגייה ואוצר מילים.

- עשרה מפגשים, בני 3 שעות אקדמאיות.

## צרפתית

**ילדים, נוער ומבוגרים, לפי רמות**

**פרופסור מיכאל בר יהודה אייאש**, בוגר אוניברסיטת פרובאנס שבצרפת, מרצה וחוקר בעל ניסיון בהוראה מעל 30 שנה. דקדוק ואוצר מילים, שיחה, כתיבה וקריאה בחברותא.

## ספרדית

**נוער ומבוגרים, מתחילים ומתקדמים**

**מעין סיסטר**, ילידת ספרד, בעלת תואר ראשון ותעודת הוראה בחינוך ובוגרת עריכה ותרגום לספרדית. בעלת ניסיון של מעל 15 שנות בהוראת ספרדית. דיבור, קריאה, כתיבה, העשרת אוצר המילים וניהול שיחה יומיומית ושימושית. בליווי שירים, קטעי וידאו ותרגילים לבית.



# ילדים מנגנים חוג מוזיקה לגיל הרך מוזיקה לילדים עם צרכים מיוחדים בשיתוף קונסרבטוריון שוהם

## בהדרכת חמוטל זימרה

תואר בחינוך מוזיקלי, ניצוח מקהלות וגיטרה קלאסית

במפגשים ניצור סקרנות ואהבה למוזיקה דרך האזנה פעילה ליצירות, במשחק, סיפור, שירה, גנינה ורקוד. נלמד מקצבים, נכיר תווים ונערוך מפגשי מוזיקה מודרכים עם תלמידי הקונסרבטוריון הבוגרים.

- ילדים מנגנים: לגילאי 3-7
- מוזיקה לילדים עם צרכים מיוחדים: לגילאי 7 ומעלה



רישום לחוג דרך מוקד חמש: 03-9730001 WWW.HAMESH.CO.IL



# אנגלית מדוברת לילדים עכשיו גם בשוהם!



תכנים בלעדיים של  
הלן דורון ממתינים לכם בחינם  
סרקו את הקוד!



## להרשמה ופרטים נוספים:

03-9723001 שלוחה 1

050-7171826 | [f](#) הלן דורון שוהם

[www.helendoron.co.il](http://www.helendoron.co.il)

[Shoham@helendoron.com](mailto:Shoham@helendoron.com)



## טיפול מן הטבע - חדש

### רוקחות טבעית

#### נוער ומבוגרים

**סיגל דקלו**, קוסמטיקאית, מאפרת, טיפול גוף ונפש ומדריכה לרוקחות טבעית למעלה מ-30 שנה. חשיבות השימוש במוצרים טבעיים לעור בריא והשפעתם המיטיבה על בריאותינו. נלמד להכין דאודורנטים שפתונים, קרמים, פילינגים ומסכות בהתאמה אישית. ● 4 מפגשים בני שעותיים.

## איפור יופי - חדש

#### מבוגרים

**סיגל דקלו**, קוסמטיקאית, מאפרת, טיפול גוף ונפש ומדריכה לרוקחות טבעית למעלה מ-30 שנה. סודות איפור הפנים לקבלת מראה מושלם: טיפוח עור הפנים והכנתו לאיפור, תכשירי איפור, הצללות, איפור עיניים, שפתיים, התאמות צבעים ועוד. ● 4 מפגשים בני שעותיים.

## שמחת השנים - חדש

### גילאות בריאה - Healthy aging

#### ד"ר אורנה אבידן, PhD, ND

חוקרת ומרצה בתחומי הביוכימה, ביולוגיה מולקולרית, וירולוגיה וגנטיקה, נטורופתית מדופלמת בהתמחות בגיל השלישי.

סדנה המאפשרת לאנשים המתעניינים בשמירה על שמחת החיים והבריאות, לרכוש כלים והבנות להשגת מטרה זו, הן מתוך עולם המחקר המדעי והן מתוך עולם הרפואה הטבעית. ● 8 מפגשים, בני שעה וחצי.

## נפלאות התזונה - חדש

### מתזונת הרמב"ם ועד תזונת האזורים הכחולים

#### מבוגרים

**ד"ר יניב שלמה עובדיה** (PhD RD), תזונאי-דיאטן רפואי מוסמך משרד הבריאות, בוגר האוני' וחוקר תזונה. במפגשים נגלה דרכים לריפוי טבעי בהרצאות משנות תפישת על סודות התזונה. ● 3 מפגשים בני שעה.

## LifeDance - ריקוד החיים

#### מבוגרים

**טלי ריינגוורץ**, בוגרת קורס מורות לריקוד בשיטת LifeDance, לימודים עיוניים מכון וינגייט. שילוב של כושר גופני ושמחת הריקוד, דרך סגנונות מחול שונים, אימפרוביזציה וריקוד חופשי, בשיעור אחד.

## סדנאות אוכל חובק עולם - חדש

### "חגיגה, סודות של אוכל", נלמד לבשל מאכלים ממתבחים

שונים ונהנה מרב גויות של מאכלים, טעמים ותבלינים: סדנה הודית, סדנה אסייתית, סדנה גיאורגית, סדנה טבעונית, סדנה עירקית, סדנה מרוקאית. ● 6 סדנאות בנות שעותיים.

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

קונסרבטוריון

בפיקוח משרד החינוך

# קונסרבטוריון

## שיעורי נגינה יחידניים

**מחלקת כלי נשיפה:** חליל צד | קלרינט | סקסופון | חצוצרה | טרומבון | בריתון | קרן יער | טובה

**מחלקת גיטרות:** גיטרה קלאסית | גיטרה חשמלית | גיטרה בס

**מחלקת כלי קשת:** כינור | צ'לו

**מחלקת פסנתר:** פסנתר | אורגנית

**מחלקת כלי הקשה:** מערכת תופים | כלי הקשה אתניים | קסילופון

**פיתוח קול:** קלאסי ופופ

● ייעוץ והכוונה אישית בבחירת כלי נגינה מתאים.

● לימוד סגנונות מוזיקליים שונים ממוזיקה קלאסית ועד פופ ורוק.

● הכנה לבחינת רסיטל במוזיקה / תזמורת צה"ל / להקה צבאית.

קונסרבטוריון שוהם | טלפון: 03-9723042, שד' עמק איילון 32. שעות פעילות 14:00-19:00



## שיעורי העשרה קבוצתיים בתורת המוזיקה (ללא תוספת תשלום)

- פיתוח שמיעה
- פיתוח חוש קצב
- הכרת מושגים
- האזנה ליצירות והכרות עם תולדות המוזיקה
- הלחנה
- הכנה למגמת מוזיקה
- הכנה לבחינת בגרות במוזיקה

## נגינה בתזמורות והרכבים ווקאליים

תלמידי הקונסרבטוריון משתתפים בתזמורות הייצוגיות:

- תזמורות כלי נשיפה (צעירה וייצוגית).
- תזמורת כלי קשת.
- ההשתתפות מותנית במבדקי התאמה.

## לשיר ביחד

מקהלת זמיר הלילה, לכיתות א'-ו'.  
אנסמבל ווקאלי, לכיתות ז'-יב'.  
**לא נדרש ידע מוקדם.**

## כלים מועדפים

מחיר מסובסד והשאלת כלי נגינה למתחילים בכלים הבאים:  
טרומבון, בריטון, קרן יער, גיטרה בס.

## לימוד חליליות

מסלול של למידה קבוצתית. יפתח בהתאם לביקוש.

## תלמידי בית ספר מנגן

בוגרי תכנית בית ספר מנגן הממשיכים בלימוד נגינה בקונסרבטוריון  
זכאים להנחה של 10% בשכר הלימוד.

## תכנית ההרכבים - Music Fun

התכנית מאפשרת לכל תלמיד בקונסרבטוריון להשתלב בנגינה בהרכב,  
בסגנון המתאים לו החל מרוק וג'אז ועד הרכבים קאמריים והרכבים  
ווקאליים, כל זאת על פי רמת הנגינה. את ההרכבים מדריכים מורים  
ותלמידים בוגרים.

- ההשתתפות מותנית במבדקי התאמה.
- מיועד לתלמידי כתות ז'-יב'.
- ההשתתפות בתכנית עבור תלמידי הקונסרבטוריון אינה כרוכה  
בתשלום נוסף.

## מסלול מבוגרים

אף פעם לא מאוחר לנסות. הקונסרבטוריון מציע אפשרות לתלמידים  
הבוגרים להגשים את חלום ילדותם בנגינה או בשירה.

**לא נדרש ידע מוקדם.**

המעוניינים יקבלו שיעורי תיאוריה בנוסף.



אמרת תיאטרון אמרת ארי אסנר!



בימות 2000  
ארי אסנר  
במאי ומפיק אירועים  
מופעים וחוגי תיאטרון



**חוגים**  
לילדים נוער ומבוגרים

**תיאטרון ומחזות זמר**



לפרטים ולהרשמה: חמש 03-9723001

בקרו באתר שלנו: [www.BIMOT2000.COM](http://www.BIMOT2000.COM) | בימות 2000 054-5525221

# ספרייה

## ילדים מקריאים לכלבים

- **איטה מרלה**, תואר שני בחינוך ורישיון הוראה בחינוך מיוחד, מאלפת ומטפלת רגשית בעזרת כלבים.
- ילדים הזקוקים לשיפור הקריאה, מתרגלים קריאה ללא חשש, באופן חווייתי ומהנה במסגרת מפגש עם כלבים.
- 8 מפגשים.
- לכיתות ב'-ד'
- לכיתות ד'-ו' - סדנת עידוד סקרנות וקריאה בעזרת כלבים.

## סדנת קומיקס

- **נעם שמש**, צייר ואמן רב תחומי. מצייר קירות, קנבסים ומדריך אמנים.
- שפת הקומיקס הינה התקשורת שבין ספר לסרט.
- בסדנה נלמד ליצור קומיקס ונלמד תכנים מעולם הציור.
- 12 מפגשים - לגילאי 8-14.

● **שעות סיפור** לגילאי 3-5 כל יום שני אחה"צ.

- **מפגשי סופרים, עורכים ומתרגמים** לילדים, נוער ומבוגרים.
- **הדרכה לתלמידי כיתות ב' -** בתאום עם בתי הספר.
- **קראתי נדבקתי** - פרויקט לעידוד קריאה לתלמידי כיתות ג'.
- **מצעד הספרים השנתי** - פרויקט יישובי ארצי לעידוד הקריאה, ד'-ו'.
- **אירועי השקות ספרים, הרצאות / הצגות וסדנאות.**
- **מועדון קריאה** למבוגרים ונוער.
- **חגיגת שבוע הספר וחודש הקריאה בשוהם** - מגוון פעילויות לכל המשפחה בנושא ספרים ספרות ומה שביניהם.

שירות השאלת ספרים דיגיטליים מבית היוצר של e-vrit

שירות השאלת ספרים דיגיטליים של הספרייה הדיגיטלית הישראלית

שירות השאלת ספרים קוליים מבית היוצר של I cast

## שעות פתיחה:

**חדר עיון:** ימים א', ג', ד', ה': 10:00 - 18:45, יום ב': 10:00 - 13:45

**השאלה:** ימים א', ג', ד', ה': 09:00 - 19:45, יום ב': 10:00 - 13:45, יום ו': 09:00 - 11:45

כותר פיס, רח' הכרמל 6, טל: 03-9723048, פקס: 03-9732887 | דוא"ל: library@shoham.muni.il

הקטלוג באינטרנט: www.infocenters.co.il/shoham







## DULYART PROFESSIONAL תכנית מצוינות:

מסגרת לימודים הכוללת מינימום של 12 שעות שבועיות, במסגרתן מחוייבים הרקדנים בנוסף לשיעורי טכניקה בבלט קלאסי ומחול מודרני גם בשיעורי קומפוזיציה ושיעורי טכניקה נוספים. וזאת מתוך מטרה, לקדם רקדנים מוכשרים, לשפר יכולותיהם הביצועיות והעמקת השכלתם בתחום המחול כך שיוכלו להשתלב בעתיד במסגרות מחול מקצועיות.

## חלוקה למסלולים

- מקצועי - היפ הופ להקה + שיעור אחד נוסף.
- מקצועי - מודרני להקה + שיעור אחד נוסף.
- מסלול חוגים במגוון סגנונות.



## מחול ישראלי

### ילדים ונוער

שילוב סגנונות רבים כמו מחול אתני, פולקלור, מחול אמנותי ועכשווי מהתרבות הישראלית. להקות המחול הישראלי מייצגות את מרכז חמש למחול - דוליארט והיישוב שוהם בכנסים, פסטיבלים, תחרויות מחול ומופעים בארץ ובעולם.

## היפ-הופ

### ילדים ונוער ומבוגרים

סגנון המשלב בסיס של ג'אז עם הפרדת חלקי גוף שונים Isolation.

נבחרת היפ הופ CREW MINI - לכיתות ג'-ד'.

נבחרת היפ הופ CREW - מגילאי 10 ועד בוגרים המיועדת למופעים מקצועיים ולתחרויות.

## ג'אז עכשווי ולירי

### מבוגרים

השעורים מקנים לרקדנים יכולות מגוונות ומשפרים את ביצועיהם, תוך שיפור היציבה ולימוד חי הריקוד.

## להקות הייצוגיות

בתחומי: הג'אז, ההיפ הופ והמחול הישראלי.

מייצגות את בית הספר, את שוהם ואת מדינת ישראל באירועים יישוביים ובפסטיבלי מחול בארץ ובעולם.

## מחול לגיל הרך

יסודות המחול לבנות ובנים בגילאי 3-5. צעדי מחול ראשוניים בשילוב משחק, אבזרים ומוזיקה עשירה ומגוונת.

## בלט קלאסי ופוינט

### ילדים ונוער

לימוד שפת הבלט הקלאסי שעל בסיסו נבנו מירב טכניקות המחול המודרני הקיימות.

## מודרני

### ילדים ונוער

סגנון המקנה טכניקה, פיתוח גמישות, כוח ויציבה נכונה, יחסי גומלין בין קצב לתנועה, שימוש במרחב, פיתוח הדמיון ושכלול היכולת האישית.

## פלמנקו

### ילדים ונוער

סגנון ריקוד שמקורו במוזיקה צוענית שהתפתחה באנדלוסיה שבדרום ספרד וספגה השפעות תרבותיות של עמים שונים. משלב נגינת גיטרה, מחיאות כפיים (פאלמאס) ורקיעות רגליים קצביות.

## Pole dance

## ריקוד על עמוד

### ילדים ונוער

שיטת אימון המשלבת בין ריקוד לאקרובטיקה. השיעור כולל תרגילים המשפרים כוח וגמישות.

## ACRO DANCE גמישות ואקרובטיקה

### ילדים ונוער

גמישות, תרגילי אקרובטיקה, אלמנטים מתחום ההתעמלות, תרגילי כוח וקומפוזיציות מיוחדות.

# ספורט

## התעמלות ילדים

גיל הרך וילדים

**חברת פרוגרס,** מתמחה בהפעלת חוגי התעמלות אתגרית לילדים בפריסה ארצית. שיטה ייחודית המבוססת על מסלולי אתגר באמצעות מתקני טיפוס מאתגרים.  
מידע נוסף [Progress123.co.il](http://Progress123.co.il)

## משחקי כדור

גיל הרך וילדים

**אלון כשרי,** בוגר ביה"ס להכשרת מאמנים ובעל התמחות בנושאי פסיכולוגיית ספורט, חינוך מיוחד וספורט לגיל הרך מטעם מכון וינגייט. פעילות המקנה בטחון עצמי, יכולת מנטלית ויכולות מוטוריות מגוונות.

**ספורט רח' החושן 2,** אולם תיכון שוהם, טלי מזכירות: 03-5284673

## קפוארה

גיל הרך, ילדים ונוער

**יפתח אשר**, ממייסדי המרכז הישראלי לקפוארה, בוגר מכון וינגייט להדרכת קפוארה, בוגר מרכז וורטהיים לטיפול בילדים עם קשיים מוטוריים וצרכים מיוחדים. מטענים ערכיים וחינוכיים המועברים דרך התנועה והנשמה, התורמים רבות לבניית הביטחון העצמי ושיפור הכושר הגופני.

## חוג אתגרים

ילדים

**טוני לבנוב**, מדריך גלישת מצוקים מטעם משרד הספורט ומנהל פארק חבלים מטעם עמותת אתגרים וצוות מדריכים מוסמכים. החוג מתקיים בפארק עירוני והילדים נחשפים למיומנויות ואתגרים בטיפוס, סנפלינג, ופארק חבלים. מידע נוסף באתר הבית: [www.tony-adventures.com](http://www.tony-adventures.com)

## נינג'ה - חדש

ילדים ונוער

**בניהול סנונית - זמר שוקרון**, בעל תעודת הסמכה באימון מטעם וינגייט (השתתף באתגר נינג'ה ישראל והגיע לתוצאות נכבדות). בואו לגלות את הנינג'ה שבכם, באתגר שסחף את כל העולם ומגיע לשהם.

## התעמלות אומנותית

גיל הרך, ילדים ונוער

**ריטה קורש**, מאמנת להתעמלות אומנותית, אלופת אזרבייג'ן ובעלת תואר ראשון בחינוך גופני, וצוות מדריכות מוסמכות מטעם וינגייט. ענף ספורט אולימפי המבוסס על ריקוד, בלט ואקרובטיקה בעזרת המכשירים: כדור, סרט, חישוק, דלגית ואלות. במהלך השנה הבנות משתתפות במופעים אומנותיים רבים. ● הנבחרת מתעמלת עד סוף יולי.

## אקרובטיקה

## והתעמלות קרקע

גיל הרך, ילדים ונוער

**בית ספר לאקרובטיקה סנונית**, רכישת מיומנויות מתחום ההתעמלות והאקרובטיקה תוך כדי פיתוח מרכיבי הכושר הגופני השונים. מתעמלים מוכשרים יופנו לנבחרת המופעים הייצוגית של שהם.

## החלקה אמנותית על

## גלגליות - חדש

ילדים ונוער

**חלי בן שושן יפרח**, בוגרת וינגייט והשתתפה באליפויות בארץ ובעולם. ענף מקביל להחלקה אומנותית על הקרח. תרגילים המועברים בצורה חוויתית, בדגש על יציבה, קואורדינציה ושיווי משקל, ברמות קושי עולות.

## קונגפּו- חדש

ילדים ונוער

**אלי איבגי**, דאן 6 מאמן מוסמך מטעם וינגייט, אלוף העולם בנוצ'קו, אלוף ישראל בקונגפּו. אומנות לחימה סינית המבוססת על תנועות של חיקוי חיות, נפוצה בסרטי פעולה כמו מטריקס, שעת שיא וכדומה.

## אימון פונקציונאלי - חדש

ילדים

**רוני שומרון**, תואר ראשון בחינוך גופני, מורה מוסמך בכיר. חיזוק שרירי היציבה, פיתוח והעצמת היכולות הגופניות והמנטליות תוך שימוש במגוון רחב של אמצעים.



בית הספר  
להתעלות  
אומנותית

**ព័ត៌មាន**  
**ស្រាវជ្រាវ**



בית הספר בהדרבט ריטה קורש  
מאמנת להתעמלות ואמנותית,  
אלופת אדריכל'אן ובעלת תואר  
ראשון בחינוך גופני וצוות  
מדריכות - אלופות ישראל.  
בוגרות קורס מדריכים ביונייטד.

נוף מפורסם אולי מפי המכוסס על היקוד.  
בלט ואקרוסמיקה כמורח התכונות  
בדור. מרמ, חיוסוק, דלצית ואלות.

במהלך האימונים אנו מפתחים יציבה, קואורדינציה, גמישות, חיזוק שרירים ושימיעה מוסיקלית. הבעות משתתפות במסגרת אומנותיים רבים, אשר מפתחים את כושרעמידתן מול קהל ואת ביטחונן העצמי.

[illegible]

המחיר הממוצע של המניות היה 1.5 שקלים, ונכון ל-15.12.2011, נסחרו המניות במחיר של 1.5 שקלים.

**הרשמה: מוקד ח.ג.ש 03-9723001**

**לפרטים נוספים: ריטה קורש 050-4972970**



## SOL TAEKWONDO

### טאקוונדו

גיל הרך, ילדים, נוער ומבוגרים

**אייל שמש**, חבר נבחרת ישראל וסגל אולימפי-סידני, מדלית זהב במכביה. מאמן מוסמך בבית ספר למאמנים וינגייט, תעודת הסמכה לאימון ילדים ונוער בעלי קשיי קשב וריכוז AD(H). באימונים ניתן דגש על העצמת הילדים המתמודדים עם אתגרים, משמעת ודחיית סיפוקים.

● רכישת חליפות אימון, מגנים, חגורות ותעודות הסמכה במהלך השנה, בתשלום נוסף.

●  אומנות לחימה טאקוונדו סול שוהם.

### סמבו ג'ודו

גיל הרך, ילדים, נוער ומבוגרים

**רמז ממיסטבולב**, מאמן ג'ודו אולימפי master בסמבו בינלאומי. המאמן שגידל את הג'ודוקא אריק זאבי.

שילוב של ספורט תחרותי וקרב מגע ללא נשק (אומנות לחימה של הק,ג,ב הרוסי). שיטות המשלבות את אומנות הלחימה היפנית עם אומנות הלחימה המזרח אירופאית.

במהלך השנה יתקיימו תחרויות ומחנות אימונים (מחוץ לשוהם).

● יש לרכוש חליפות אימון וחגורות במהלך השנה, בתשלום נוסף.

## הישרדות- ג'ין ג'יטס

ילדים, נוער ומבוגרים

**יגאל יצחקי**, דאן 9 (גרנד מאסטר) וצוות המדריכים, בעלי תעודת הסמכה ממכון וינגייט ונציגים רשמיים של שיטת דניס הישרדות.

ידע טכני בשילוב אומנויות לחימה והגנה עצמית (ג'ודו, קרטה, ג'יו ג'יטסו), שיפור כושר גופני, יכולת מוטורית וקואורדינציה, גמישות, זריזות וביטחון עצמי.

## טריקינג - Tricking

ילדים, נוער ומבוגרים

**עידן סרי**, B.Ed. מייסד איגוד הטריקינג FTK, מומחה לאמנויות לחימה ואקרובטיקה, בעל תעודות הסמכה מטעם וינגייט.

ענף אקרובטיקה בסגנון חופשי המשלב אלמנטים של התעמלות קרקע, אמנויות לחימה, קפוארה, פארקור, ברייקדאנס ועוד, בדרגות קושי שונות.

## ביה"ס מקצועי לכדוריד

ילדים ונוער

**אלון כשרי**, בוגר ביה"ס להכשרת מאמנים ובעל התמחות בנושאי פסיכולוגיית ספורט, חינוך מיוחד וספורט לגיל הרך מטעם מכון וינגייט.

המשתתפים יקחו חלק בטורנירים ברחבי הארץ,

● כל שחקן יקבל תיק, סט ביגוד- חולצה, מכנסיים וכדור יד- בתשלום חד פעמי נוסף.

## כדור עף -

### מועדון כדורעף שוהם

ילדים, נוער ומבוגרים

**משה זנדבנק**, שחקן עבר בנבחרות מובילות, מאמן במגמת הספורט בתיכון שוהם. בליגה מטעם איגוד הכדורעף.

שיפור טכניקה אישית תוך דגש על חיזוק הכושר הגופני, שיפור טקטיקה קבוצתית, מיומנויות משחק וראיית משחק פרטני וקבוצתי. השתתפות בליגות תחרותיות.

## בדמינטון שוהם (כדור נוצה)

ילדים, נוער ומבוגרים

**איתי אשכנזי**, מייסד מועדון הבדמינטון שוהם. ענף אולימפי, המפתח כושר גופני גבוה. השחקנים יכולים להשתתף במהלך העונה בתחרויות ארציות שונות, למתחילים ולמתקדמים. למידע נוסף ראה בגוגל "בדמינטון שוהם".

## נינג'יצו

מבוגרים

**ערן ערד**, מדריך בדרגת דאן 8, בוגר האקדמיה הבינלאומית לאומנויות לחימה, מכשיר מאמנים. מגוון טכניקות: מכות, בעיטות, בריחים, חניקות, פגיעה בנקודות תורפה, נגד יריב אחד או יותר, עם ונגד מגוון נשקים, ללא שימוש בכוח, ניצול היתרונות היחסיים להישרדות.



ניתן לקבל גלילות  
להתנסות  
בשיעור הראשון  
בתאום מראש

# מועדון הגלגליות מודיעין

בהנהלת חלי בן-שושן-יפרח

## מגיע לטוהם...

מוזמנים להצטרף לפעילות ייחודית

של ספורט וכיף!

מתחילים מהצעד הראשון

### החל מגיל 4

לבנות ובנים



לפרטים נוספים: חלי- 0508326506, 03-9723001

## ליגת כדורשת שוהם לנשים (מאמנט)

**צוות מדריכים,** ליגת ספורט הנשים בשוהם, משלבת ספורט ופעילות חברתית - קהילתית בשוהם. מתאימה לנשים גם ללא רקע ספורטיבי.

## כושר גופני מבוגרים (נשים וגברים - קבוצות נפרדות)

**רוני שומרון,** תואר ראשון בחינוך גופני, מורה מוסמך בכיר. שיפור היכולת הארובית ופיתוח הסיבולת השרירית בעזרת מכשירים שונים, שיפור שיווי המשקל והקואורדינציה החשובים ליעילות באיכות התנועה. ● הגברים משחקים בסוף השיעור כדורעף.

## כדורסל נשים

**אלי קורינו,** מאמן כדורסל ומאמן כושר. כדורסל לא תחרותי לנשים עם וללא ניסיון עבר בכדורסל. לימוד חוקי המשחק, תנועתיות על המגרש, מהלכי משחק ושיפור הכושר הגופני.

## כדורשת- ליגה

מבוגרים

**אורי חוסברי,** מאמן ומוסמך מטעם וינגייט. משחק כדור קבוצתי ותחרותי. קבוצת הכדורשת משתתפת בליגת כדור-רשת אזורית.

## אייקידו והגנה עצמית

מבוגרים

**גיא סער,** חגורה שחורה דאן 4 מוסמך מכון וינגייט, סיידוקאן ארצות הברית, אייקיקאי אייקידו יפן. אומנות לחימה יפנית רכה ודרך חיים, במקורה מלוחמי קיסר יפן (הסמוראי). אוסף של טכניקות שנועדו להגנה מפני תקיפה.

חדש

## סטודיו פיטנס חמש Level up

סטודיו המציע מגוון אימונים במספר מסלולים - מסלול פתוח, מסלול פרמיום ומסלול של פעמיים בשבוע. בניהולן של נועה בן אליעזר בוגרת וינגייט, מאמנת כושר ומדריכת קרב מגע צה"לית ומיטל מיוסט בוגרת מכון וינגייט בהתמחות למחול.

### יוגה

אימון הוליסטי לגוף ולנפש.

### Boot camp

אימון פונקציונאלי מעניין ומאתגר בתחנות, המשלב את כל מרכיבי הכושר הגופני.

### Stretch

אימון גמישות מאתגר לכל הגוף. אימון סטטי עמוק.

### פילאטיס הדור הבא

פילאטיס המדמה פילאטיס מכשירים, בעזרת ציוד מותאם ומיוחד מחברת פילאטיס.

### נערות

אימון מיוחד לנערות בגילאי 12-15

### Fitness kickbox

אימון קרדיו וכח מתפרץ המשלב עבודה על שקי איגרוף וטכניקה מעולמות האיגרוף הקלאסי והתאילנדי.

### Mobility

עבודה על טווחי תנועה.

### Powe level up

אימון כח סטור לשמירה ושיפור מסת שריר ולעבודת חיטוב, משולב עם חיזוק של שרירי core.

### זומבה

אימון אירובי המשלב תנועות ריקוד זורמות ופשוטות בסגנון לטיני ועוד.

### פילאטיס קלאסי

שיטה לאימון גופני שנועדה לשפר את חיזוק שרירי הליבה והיציבה לגוף ולנפש.

### Hard core

אימון מתקדם המשלב יציבה, חיזוק, קרדיו וכח מתפרץ (ללא נעלי ספורט).

### Hiit

High-intensity interval training - אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה עם מקסימום תוצאות.

### Trx

אימון פונקציונאלי שכבש את מכוני הכושר, המשלב את כל מרכיבי הכושר הגופני באימון אחד.



# מחלקת הנוער

## מחלקת הנוער

### המתחם הלילי - הבית הסגור

מקום למפגש, בילוי איכותי ונעים לנוער בכיתות ז'-יב'. במקום מתקיימות גם הפעילות מגוונות, מסיבות, הרצאות לנוער והורים ועוד.

### מקפה לאוזן

"מקפה לאוזן - יש עם מי לדבר"

בית קפה ייעוצי ואינטימי לבני נוער בכיתות ט'-יב', ימי א' ו-ד' בין השעות 20:00-22:00.

### מועדון המוזיקה

אולפן לחזרות ומופעים קטנים

חדר חזרות איכותי, מעוצב ומאובזר בצידוד מוזיקלי מקצועי אשר משמש גם להופעות קטנות ואינטימיות.



## מד"צים - מנהיגות צעירה

תוכנית מנהיגות ארצית, במטרתה העצמת בני הנוער, טיפוח מנהיגות צעירה יישובית, עידוד למעורבות ושותפות קהילתית, מתן כלים מתודיים ורכישת מיומנויות הדרכה והובלה. מסיימי תוכנית ההכשרה בכיתה ט' מקבלים תעודת הדרכה רשמית של משרד החינוך המאפשרת להם לעבוד בקייטנות המוכרות בישראל (דרישת סף להדרכה בקייטנות).

## הכנה לצה"ל

רכז הכנה לצה"ל יישובי, עוסק בהכנת המועמדים/ות לגיוס והוריהם. ניתן לפנות בכל שאלה באופן ישיר בהודעה או שיחה לטל': 054-2800312 או דרך עמוד האינסטגרם [www.instagram.com/noarshoham](http://www.instagram.com/noarshoham)

## מתחם ליזמות צעירה

חדר היזמות החדש במחלקת הנוער, משמש לפעילויות וסדנאות של יזמות צעירה לנוער. במהלך השבוע הוא פתוח וחופשי לעבודה של קבוצות יזמות, ויחידים עד גיל 18, בתיאום מראש.

## תכנית "עמיתי דילר"

משקיעים במנהיגים של היום, משנים את העולם של מחר

תכנית מנהיגות נוער בינלאומית הפועלת במקביל ב-32 קהילות ברחבי העולם וישראל. התוכנית מבוססת על ערכים של פלורליזם, זהות אישית יהודית ישראלית, מנהיגות ותיקון עולם. ההשתתפות בתוכנית מותנית במעבר "מרכז הערכה" פנימי של התוכנית. המיונים יתקיימו במהלך ספטמבר. לפרטים נוספים בקרו באתר: <http://dillerteenfellows.org/he> למידע נוסף ניתן ליצור קשר עם יפעת נדלר: [diller@shoham.muni.il](mailto:diller@shoham.muni.il)

## שוהמביט

להקת הנוער הייצוגית של שוהם

במהלך שנת הפעילות הלהקה משתתפת באירועים והפקות שונות ביישוב וכן מעלה הפקות מקור. מספר המקומות מוגבל ומותנה במעבר אודישנים של שירה. • מיועד לכיתות ט' - יב'.

## שוהמלייב

צוות נוער הפועל לקידום תחום המוזיקה ביישוב. הצוות יתכן ויפיק אירועים מוזיקליים, סדנאות לאומנים/יות וללהקות צעירות, מפגשי אומן, פסטיבלים ייחודיים ועוד. הקבלה לצוות מותנית בראיון אישי. • מיועד לכיתות ט' - יב'.

## קבוצת היזמות

קבוצת יזמות צעירה אשר פועלת לקדם מיזמים אישיים וקבוצתיים של בני נוער. במהלך השנה הקבוצה תקבל הכשרה ותפתח שני מיזמים מרכזיים, אחד חברתי ואחד עסקי. ליווי הקבוצה יהיה ע"י רכז/ת היזמות של המחלקה ובליוי מנטורים מקצועיים. • מיועד לכיתות ז' - יב'.

## קבוצת ההתנדבות

ניתן להתנדב באופן קבוע או על בסיס ארעי. מיועד לכתות ז' - יב'. ההצטרפות היא דרך קבוצת הוואטסאפ: 054-2800312

באתר מחלקת הנוער: [www.noar.fun](http://www.noar.fun)

"מחלקת הנוער שוהם" / [noarshoham](https://www.facebook.com/noarshoham)  

[t.me/noarshoham](https://t.me/noarshoham) 

054-2800312 

רח' שד' עמק איילון 49. טלפון: 03-9794530. פקס: 03-9794118



| 26

# בית הגמלאי

## ריו אביירטו וזומבה

**דליה אורי עדן**, בעלת תואר ראשון בחינוך גופני המתמחה בהתעמלות לגיל השלישי למעלה מ-20 שנה, מנחת ריו אברייטו וזומבה.  
**ריו אביירטו** - מפגש שכולו ריקוד ותנועה חופשית ומונחית.  
**Zumba Gold** - זומבה לגיל השלישי (ללא קפיצות). מפגש שכולו מסיבה לטינית הדומה לריקודי עם, אך בצעדים דרום אמריקאים.

## פלדנקרייז

**דניאלה בודנשטיין**, מורה לחינוך גופני, מלמדת בשיטת פלדנקרייז.  
**אביה דוד**, מוסמכת בשיטת פלדנקרייז.

## התעמלות בונה עצם

**זהר גילי**, מורה בכירה לחינוך גופני עם ותק של למעלה מ-30 שנה.

## אימון פונקציונאלי בעצימות בינונית

**הילה הינדרי**, פיזיותרפיסטית בתחום הגיל המבוגר מזה 22 שנה.

## פילאטיס ובניית עצם

**רלי דרור**, מאמנת גופנית ורפלקסולוגית בכירה בעלת נסיון של 26 שנה.  
**רימה גלילי**, מורה לפיליטיס.

# בית הגמלאי

## ברידג'

**אירית קרביץ**, מורה לברידג' ותיקה ומנוסה.

## מקהלה וריקודי עם

**ריקי שולצינה**, מורה לריקודי עם, למוזיקה ומנצחת המקהלה.

## קרמיקה

**דבורה סובר**, קרמיקאית פסלת, בעלת נסיון של כ-40 שנה בהוראת פיסול קרמי וקדרות.  
**אורנה קארו**, מתמחה באמנות הקרמיקה, אובניים, פיסול ועוד.

## ציור

**שלמה מאירי**, מצייר מעל 50 שנה במגוון סגנונות.  
**דלית שרי**, בוגרת תלמה ילין, שנקר, יוצרת.

## ציור במשיכת מכחול וסדנאות אמנות מתחלפות

**כלנית רם**, מורה בכירה עם ותק של יותר מ-35 שנה. מדריכה ומובילה השתלמויות במגוון תחומי היצירה והאמנות.

## ריקודי בטן

**נורית קפלי-סלוק**, תרפיסטית בתנועה ומחול, מורה, רקדנית, כוריאוגרפית ויוצרת.

## יוגה

**ילי פרג'ון**, מורה בכירה ליוגה, לתנועה בגיל השלישי וליוגה בשפת הסימנים.

# בית הגמלאי

מועדון חברתי לבני הגיל השלישי בו נהנים משלל חוגי התעמלות, אמנות, העשרה, טיולים, נופש בארץ ובעולם, מסיבות והצגות. המקום מופעל ע"י החברה העירונית חמש בשיתוף עם וועד המועדון.

עלויות: 200 ₪ - דמי רישום וביטוח חד שנתיים. 110 ₪ - דמי מנוי חודשיים להשתתפות בסל החוגים.  
**בית הגמלאי**, רח' תפן 2, טל' 03-9794863, limorb@shoham.muni.il



צהרונים

צהרונים

צהרונים  
צהרונים  
צהרונים

צהרונים  
צהרונים

צהרונים

צהרונים

צהרונים

# צהרונים

**חינוך, תוכן והנאה** - זהו בסיס פעילותם של צהרונים גני הילדים ובתי הספר שמפעילה החברה העירונית חמש. לאורך השנה אנו מעניקים לתלמידים מסגרת ביתית, תוכן לימודי וחינוכי עשיר, חוויות וכלים חברתיים. את הפעילות מוביל צוות מסור ומקצועי של סייעות, אשר משתתפות לאורך השנה בהשתלמויות מקצועיות ובהדרכה פדגוגית. הילדים נהנים מארוחת צהרים בשירת, חמה ומזינה, המלווה בתוספות מגוונות וירקות טריים, המסופקים על ידי חברת "מבושלת". המזון המוגש לילדים מפוקח על ידי תזונאית, תברואן ומשרד הבריאות. צוות צהרונים חמש ישמח לקבל בחיבוק חם את ילדיכם למסגרת צהריים אוהבת ומלמדת לילדיכם.

פרטים במוקד חמש: 03-9723001



מעונות

מעונות

מעונות

מעונות

מעונות

מעונות

מעונות

מעונות

# מעונות שגיא ומכבים

## תינוקות ופעוטות זקוקים להרבה חום ואהבה.

הורים לתינוקות ופעוטות זקוקים לאמון וביטחון במסגרת החינוכית שבחרו לילדיהם.

מעונות היום הוותיקים, שגיא ומכבים, הצמיחו דורות של ילדים ובתים בשוהם. המטפלות המקצועיות המוערכות שלנו חינכו ילדים מגיל חצי שנה ועד שלוש והעניקו להם את התמיכה והטיפול הנחוצים לילד בגיל הרך, תוך עידוד לסקרנות ועצמאות.

מעונות היום פועלים בפקוק משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים. צוות המעון עובר השתלמויות והדרכה, על מנת שיוכל להעניק לכל ילדה וילד את מירב הגירויים, ההעשרה והתמיכה הנחוצים לו – לפי צרכיו הייחודיים.

במעונות פועלת "תכנית כיוונים" לאיתור מוקדם וליווי התפתחותי על ידי צוות רב-מקצועי הכולל פסיכולוג התפתחותי, מרפאה בעיסוק וקלינאית תקשורת. כיתות הבוגרים במעון נהנים מתוכנית ספריית פיג'מות המקדמת ערכי קריאה ראשונה וניצני אוריינות, פיתוח השפה והעשרה תוכנית.

נשמח להוות בית שני עבור ילדכם ולתת לכם שירות טוב ואיכותי. הנכם מוזמנים לבקר ולהתרשם. צוות המעונות וצוות החברה העירונית עומד לרשותכם בכל עת.

מעון שגיא טל': 03-9732744  
מעון מכבים טל': 03-9732649

# שׁוּהַם מוּבִילָה אֶת הַתְּרַבּוּת

אִירוּעֵי יוֹם הָעֲצֵמָאוֹת | פֶּסְטִיבַל מוֹזוֹת

חֲגִיגַת בִּירוֹק בַּפֶּאָרְק יַעַר שׁוּהַם

הַפְּנִינִג וּנְשֶׁף פּוֹרִים

מוֹפְעֵי מוֹזִיקָה, סְטַנְד אֶפּ וּתִיאָטְרוֹן

הַצָּגוֹת וּמוֹפְעִים בְּגִינוֹת | שִׁירָה בְּצִיבּוֹר

פֶּסְטִיבַל בִּירָה | אִירוּעֵי תִשְׁרֵי

שַׁבַּת תְּרַבּוּת | אִירוּעֵי חֲנוּכָּה

אִירוּעֵי קִיץ | יוֹם הָאִשָּׁה

קְרִיאַת מַגִּילַת אֶסְתֵּר | חֲגִיגַת הַמִּימוּנָה

סִיּוּרִים בָּאֶרֶץ וְעוֹד

# הגיל הרך

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
סדנת מתפתחים ונהנים ליווי התפתחותי	לידה- 4 חודשים	עדי רכטמן	ד'	11:00-12:00	כותר פיס	420	6 מפגשים	4
	4 חודשים ומעלה	עדי רכטמן	ד'	10:00-11:00	כותר פיס	420		
סדנת שינה	לידה-6 חודשים	יערה וייסבורט		שעה וחצי	כותר פיס	520	3 מפגשים	4
סדנת שיאצו לתינוקות	לידה-6 חודשים	מאיה הופמן נוימן		שעה	כותר פיס	150	מפגש בודד 3 מפגשים במחיר 350 ש"ח	5
עיסוי תינוקות	לידה-6 חודשים	יערה וייסבורט		שעה וחצי	כותר פיס	78	מפגש חד פעמי	5
מעגל אמהות	נשים אחרי לידה	יערה וייסבורט		שעה וחצי	כותר פיס	624	8 מפגשים	5
קורס החייאה ועזרה ראשונה		מלאכי הדרך		שעתיים וחצי	כותר פיס	40	מפגש חד פעמי	5
הדרכת הורים בשיטת אדלר	הפעם ה-1001	מיכאלה צמח	ה'	20:30-22:30	כותר פיס	980	החל מתאריך: 18/10 10 מפגשים	5
סדנת הכנה לכיתה א'	עולים לכיתה א'	ד"ר אורלי קיים		45 דקות	כותר פיס	450	5 מפגשים	5
ילדים בתנועה	6 חודשים - שנה	עדי לנדסמן	א'	9:30-10:15	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו	150	הורים וילדים	5
	1-2	עדי לנדסמן	א'	16:45-17:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו	150		
	2-3	עדי לנדסמן	א'	17:30-18:15	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו	150		
מוזיקה יצירתית להורה ולילד	2-4	חני מייטליס	ג'	17:00-17:45	כותר פיס	170	הורים וילדים 70 ש"ח תשלום חד פעמי שנתי עבור חומרים.	5
	4-6	חני מייטליס	ג'	18:00-18:45	כותר פיס	170	70 ש"ח תשלום חד פעמי שנתי עבור חומרים.	

# הגיל הרך

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
ספורט עם סהר	2.5-3.5	סהר זידי	ג'	16:45-17:30	אולם אבני החושן	150		5
	2.5-3.5	סהר זידי	ג'	17:30-18:15	אולם אבני החושן	150		
	4-6	סהר זידי	ג'	18:15-19:00	אולם אבני החושן	150		
ילדים מנגנים	3-5	חמוטל זימרה	ד'	16:45-17:30	כותר פיס	170		5
	5-7	חמוטל זימרה	ד'	17:30-18:15	כותר פיס	170		
אנגלית - הלן דורון	5-6	אורטל יועד	ג'	16:45-17:30	כותר פיס	250	300 ש"ח תשלום שנתי חד פעמי לערכות לימוד	5
	5-6	אורטל יועד	ג'	17:30-18:15	כותר פיס	250		
אומנות רב תחומית	5-7	ורד ברנע	ד'	17:00-17:45	כותר פיס	180	100 ש"ח תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים	7
ציור ורישום	5-7	שלי חלאוי	א' או ד'	16:00-17:00	בית סגול-חדר אמנות	180		6
הייטק לגו ורובוטיקה	גן חובה	קרן פרינץ	ד'	17:30-18:30	כותר פיס	190		7
שחמט	גן חובה	מרכז דובדבן	ב'	17:10-18:00	כותר פיס	185	60 ש"ח לרכישת ערכת שחמט החוג מתקיים גם במהלך חודש יולי	7
דוליארט- מחול יצירתי	טרם חובה	נויה ישי	א'	16:30-17:15	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו קטן	180		17
	טרם חובה	נויה ישי	א'	17:15-18:30		180		
	גן חובה	נויה ישי	א'	18:30-19:15	כותר פיס	180		



# הגיל הרך

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
כדור יד (משחקי כדור)	3-4	אלון כשרי	א'ה'	16:45-17:30	אולם שלהבת	225		18
	5-6	אלון כשרי	א'ה'	17:30-18:15	אולם שלהבת	225		
קפוארה	3-4	יפתח אשר	א' או ד'	16:15-17:00	ח. ספח ניצנים	170	כולל יולי	19
	חובה- ב'	יפתח אשר	א'ד'	17:15-18:15	אולם אבני החושן	205		
התעמלות אומנותית	גילאי גן- א'	ריטה קורש וצוות	ג'	16:45-17:30	אולם תיכון	170		19
	א'-ב'	ריטה קורש וצוות	גה'	17:30-18:15	אולם תיכון	200		
גלגליות	גן	מועדון גלגליות	א'	17:00-18:00	אולם תיכון	200		19
התעמלות קרקע	טרום חובה+ חובה	סנונית	ג'	16:15-17:00	אולם אבן חן	170		19
התעמלות אתגרית לילדים	3-4	פרוגרס	ב'	16:45-17:30	ח. ספח ניצנים	187	כולל יולי	18
	4-5	פרוגרס	ב'	17:30-18:15	ח. ספח ניצנים	187		
	גן חובה-א'	פרוגרס	ב'	18:15-19:00	ח. ספח ניצנים	187		
	א+ב'	פרוגרס	ב'	16:00-16:45	ח. ספח ניצנים	187		
ג'ודו סמבו	טרום חובה + חובה	רמז ממיסטלוב	ב'ה'	16:30-17:15	כותר פיס	200		21
	חובה-א'	רמז ממיסטלוב	ב'ה'	17:15-18:00	כותר פיס	200		
טאקוונדו	3-5	אייל שמש	ג'	17:00-17:45	כותר פיס	170	כולל יולי	21
	גן חובה-א'	אייל שמש	ג'	17:45-18:30	כותר פיס	170		
אתגרים	א'-ב'	טוני	ב'	16:30-17:10	גן הירדן	220		19
קונגפו	ט'חובה + חובה	אלי איבגי	א'	17:15-18:00	ח. ספח ניצנים	170	130 ש"ח, תשלום חד פעמי עבור ארועים ומבחני חגורות	19

חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
ציור ורישום	7-8	שלי חלאוי	א' או ד'	16:00-17:00	בית סגול-חדר אמנות	180		6
	8-10	שלי חלאוי	א' או ד'	17:00-18:00	בית סגול-חדר אמנות	180		
קרמיקה	א'-ג'	דבורה סובר	ב'	17:00-18:00	בית סגול-חדר אמנות	200	100 ש' תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים *סה"כ 40 מפגשים	6
	ד'-ו'	דבורה סובר	ב'	18:00-19:00	בית סגול-חדר אמנות	220	120 ש' תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים *40 מפגשים	
אומנות רב תחומית	א'-ו'	ורד ברנע	ד'	17:45-18:30	כותר פיס	180	100 ש' תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים	7
עץ יצירה וסיפור	א'-ג'	איסי דוד	ג'	17:00-17:45	כותר פיס	190	120 ש' תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים	7
	ד'-ו'	איסי דוד	ג'	17:45-18:30	כותר פיס	190		
שחמט	א'-ד'	מתחילים	ב'	17:10-18:00	כותר פיס	185	60 ש' תשלום שנתי חד פעמי לרכישת ערכת שחמט. כולל חודש יולי	7
	ב'-ו'	מתקדמים	ב'	18:00-19:00	כותר פיס	195		
	ג'-ו'	נבחרת	ב'	16:00-17:10	כותר פיס	230		
	ב'-ו' + נבחרת ג'-ו'	מתקדמים	ד'	17:00-18:00	כותר פיס	150	תוספת שעת פעילות בנוסף לפעילות הרגילה של הקבוצה	
הייטק לגו ורובוטיקה	א'-ד'	קרן פרינץ	ד'	16:30-17:30	כותר פיס	190		7

חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
מדעים תעופה וחלל	א'-ב'	לדעת וחקר	א'	17:00-17:45	כותר פיס	195	350 ש"ח תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים	7
	ג' ומעלה	לדעת וחקר	א'	17:45-18:30	כותר פיס	195		
מבוכים ודרקונים	ב' - ג'	לדעת וחקר	ד'	17:00-18:00	כותר פיס	220		7
	ד' - ו'	לדעת וחקר	ד'	18:00-19:00	כותר פיס	220		
תיאטרון פיליפ	ב'-ה'	פיליפ דומרב/ לי מלכה	ב'	16:30-18:00	כותר פיס	240		7
	ה'-ח'	פיליפ דומרב	ד'	17:00-18:30	כותר פיס	240		
מחזות זמר	ד'-ו'	בימות 2000 בניהולו של ארי אסנר	א'-ה'	17:30-19:00	כותר פיס	300	225 ש"ח תשלום שנתי חד פעמי עבור הקלטות ותלבושות. כולל יולי	7
פוטותרפיה	ד'-ו'	קרן ציון	ה'	18:00-19:15	כותר פיס	960	9 מפגשים, כולל מפגש הכרות עם ההורים. החל מתאריך 15/10	9
ילדים יוצרים מציאות	א'-ה' בחלוקה לקבוצות גיל	שירה הראל- אלבז	ד'	17:00-18:30	כותר פיס	845	6 מפגשים בני שעה וחצי+מפגש הכנה להורים, החל מתאריך 23/12	9
מוזיקה לצרכים מיוחדים	7 ומעלה	חמוטל זימרה	ג'	18:15-19:00	כותר פיס	150		7
צרפתית	מתחילים	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	16:15-17:15	כותר פיס	300	קבוצות קטנות *חצי שעה משותפת לשתי הרמות	9
	מתקדמים	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	16:45-17:45	כותר פיס	300		

חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
קונסרבטוריון מוזיקה	שיעורי נגינה יחידניים	קונסרבטוריון					שיבוץ והתאמה אישית פרטים בטל': 03-9723042 ימים א'-ה' בשעות: 14:00-19:00	13
	פיתוח קול יחידני							
	תורת המוזיקה קבוצתי							
	הרכבים מוזיקליים							
	תזמורת							
	מקהלת ילדים							
	הכנה לבגרות במוזיקה							
ילדים מקריאים לכלבים	ב'-ד'	איטה מרלה	ד'	17:00-18:10	כותר פיס	590	8 מפגשים	15
סדנת עידוד סקרנות וקריאה בעזרת כלבים	ד'-ו'	איטה מרלה	ד'	18:00-18:45	כותר פיס	590	8 מפגשים מיועד גם למי שהשתתף בסדנת הקריאה.	
סדנת קומיקס	8-14	נעם שמש	ה'	17:00-18:00	כותר פיס	720	12 מפגשים	15
מחול צעירות	ניצנים ו'	בר שידלו עומר דויטש	ב'ה'	15:30-16:45	בית תרבות	315	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	אפרוחים מחול משולב א'-ב'	בר שידלו עומר דויטש	ב'ה'	16:45-17:45	בית תרבות	260		
	עופרים ג'-ד'	בר שידלו עומר דויטש	ב'ה'	17:45-19:00	בית תרבות	315	אפשרות ביטול עד 31.12.20	



חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
פלמנקו	יסודי ג'-ו'	ים מיקולסקי	יסודי	17:30-18:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	195		17
	בלט ו'-ז'	יעל שטרול	א+ד'	15:30-17:00	כותר פיס	315	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	בלט א'-ב'	יעל שטרול	א'	17:00-18:00	כותר פיס	205		
	בלט ג'-ה'	יעל שטרול	א+ד'	א 18:00-19:00 ד 18:30-19:30	כותר פיס	260	אפשרות ביטול עד 31.12.20	
מודרני וג'אז	מודרני ג'-ה'	שיר גוטמן	ב'	15:15-16:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	215	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	מודרני ו'-ז'	מור בר זכאי	ב'	15:30-17:00	סטודיו כותר פיס	275		
	ג'אז לירי ה'-ז'	יעל שטרול	א'	19:00-20:15	סטודיו כותר פיס	260		
	קומפוזיציה ה'-ז'	רותם וייסמן	ג'	17:00-18:30	בית התרבות	275		
היפ הופ	ו'-ז'	סתיו גלעד שיר גוטמן	ב'ה'	ה' 15:30-16:30 ב' 18:30-19:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	260	חד שבועי עלות 75% אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	מיני CREW ג'-ד'	סתיו גלעד שיר גוטמן	ב'ה'	16:30-17:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול וקטן	285		
	א'-ב'	סתיו גלעד שיר גוטמן	ב'ה'	17:30-18:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו קטן	260	חד שבועי עלות 75%	
	להקת ג'וניור קרו ו' - ז'	גוליה שחר הילה יהושוע	ב'ה'	17:00-18:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	375		

חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
אקרודאנס	ה'ז'	דניאל אליצור	ג'	15:30-17:00	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	260	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
מצוינות תלוי אודישנים חובת השתתפות בתחרויות ואירועים ייצוגיים	ה'ז'	מסלול תחרותי	ג'	15:15-16:45	בית תרבות סטודיו	275	אודישן לחדשים מינימום של 3 מקצועות חובה + להקה + המצטיינים אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
בדמינטון	ד'-ט'	איתי אשכנזי	א'ד'	18:30-19:45	אולם שלהבת	260	כולל יולי	21
טרקינג	א'-ג'	עידן סרי	ב'	17:00-17:45	אולם אבן חן	165	כולל יולי	21
	ד'-ו'	עידן סרי	ב'	16:00-17:00	אולם אבן חן	170		
קפוארה	חובה-ב'	יפתח אשר	א'ד'	17:15-18.15	אולם אבני החושן	205	כולל יולי	19
	ג' ומעלה	יפתח אשר	א'ד'	18:00-19:00	אולם אבני החושן	205		
הישרדות	א'-ד' מתחילים	יגאל ואור יצחקי	א'ד'	18:00-18:45	כותר פיס	200	כולל יולי	21
	א'-ד' מתקדמים	יגאל ואור יצחקי	א'ד'	18:45-19:30	כותר פיס	200		
	ה'ז'	יגאל ואור יצחקי	א'ד'	19:30-20:15	כותר פיס	200		
	תוספת לנבחרת	יגאל ואור יצחקי	ו'	15:30-16:30	כותר פיס	90		

חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
התעמלות קרקע- סנונית	ג'-ד'	סנונית	א'+ד'	17:00-18:00	אולם אבן חן	220	כולל יולי, ביטול עד 31.12.19	19
	א'-ב'	סנונית	א'+ד'	16:00-17:00	אולם אבן חן	220		
	ה' ומעלה	סנונית	א'+ד'	19:15-20:15	אולם אבן חן	250		
	נבחרות	סנונית	א'+ד'	17:15-19:45	אולם אבן חן	480		
	תוספת לנבחרת	סנונית	ג'	15:30-16:45	אולם אבן חן	100		
התעמלות אומנותית	א'-ב'	ריטה קורש וצוות	ג'+ה'	17:30-18:15	אולם תיכון	200		19
	ג'-ה'	ריטה קורש וצוות	ב'+ד'	17:15-18:00	אולם תיכון	200		
	ו' ומעלה	ריטה קורש וצוות	ד'	16:30-17:15	אולם תיכון	170		
	מתקדמות	ריטה קורש וצוות	ב'+ד'	17:15-18:00	אולם תיכון	200		
	נבחרת צעירה כולל בלט	ריטה קורש וצוות	ב' ה' ו'	15:30-18:00 15:30-18:00 13:00-15:30	אולם תיכון	500	כולל יולי, תשלום חד פעמי לביטוח ורישום לאיגוד, ביטול עד 31.12.19	
	נבחרת בוגרת כולל בלט	ריטה קורש וצוות	ב' ד' ה' ו'	18:00-20:30 16:30-20:30 17:30-20:30 14:30-17:30	אולם תיכון	600		
גליליות	ג'-ו'	מועדון גליליות	א'	18:00-19:00	אולם תיכון	200		19
אימון פונקציונלי	ג'-ד'	רוני שומרון	ה'	18:30-19:15	אולם אבן חן	170		19

חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
קונגפּו	א-ג'	אלי איבגי	א'	18:00-18:45	סניצנים	170	130 ש"ח, תשלום חד פעמי עבור ארועים ומבחני חגורות	19
	ד-ו'	אלי איבגי	א'	18:45-19:30	סניצנים	170		
נינג'ה	א-ג'	סנונית (זמר שוקרון)	ג'	17:00-18:00	אולם אבן חן	200		19
	ד-ו'	סנונית (זמר שוקרון)	ג'	18:00-19:00	אולם אבן חן	200		
	ו' מעלה	סנונית (זמר שוקרון)	ג'	19:00-20:15	אולם אבן חן	200		
התעמלות אתגרית לילדים	א-ב'	פרוגרס	ב'	16:00-16:45	ח. ספח ניצנים	187		18
	חובה-א'	פרוגרס	ב'	18:15-19:00	ח. ספח ניצנים	187		
ג'ודו סמבו	חובה-א'	רמז ממיסטלוב	ב'ה'	17:15-18:00	כותר פיס	200		21
	ב-ג'	רמז ממיסטלוב	ב'ה'	18:00-18:45	כותר פיס	200		
	ד-ו'	רמז ממיסטלוב	ב'ה'	18:45-19:30	כותר פיס	200		
כדור עף	ג-ד'	משה זנדבנק	א' או ד'	16:30-17:30	אולם רבין	170	כולל יולי	21
	ה-ו'	משה זנדבנק	א'ד'	17:30-18:30	אולם רבין	257		
טאקוואנדו	ה-ו'	אייל שמש	ב'ה'	16:00-17:00	ח. ספח ניצנים	220	80 ש"ח תשלום חד פעמי עבור הרשמה להתאחדות כולל חודש יולי	21
	ב-ד' מתקדמים	אייל שמש	ב'ה'	17:00-18:00	ח. ספח ניצנים	220		
	ב-ד' מתחילים	אייל שמש	ב'ה'	18:00-18:45	ח. ספח ניצנים	200		



חוג	קבוצה גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
אתגרים	א'-ב'	טוני לבנוב	ב'	16:30-17:10	גן הירדן (צמוד לתיכון)	220	קבוצה קטנה, עד 8 משתתפים	19
	ב'-ג'	טוני לבנוב	ב'	17:15-17:55	גן הירדן (צמוד לתיכון)	220		
	ב'-ג'	טוני לבנוב	ב'	18:00-18:40	גן הירדן (צמוד לתיכון)	220		
	ד'-ו'	טוני לבנוב	ב'	15:00-15:40	גן הירדן (צמוד לתיכון)	220		
	ד'-ו'	טוני לבנוב	ב'	15:45-16:25	גן הירדן (צמוד לתיכון)	220		
כדור יד (משחקי כדור)	ה'-ו'	אלון כשרי	א'ה'	19:15-20:15	מגרש אבני החושן/ שלהבת	240		18
	ג'-ד'		א' ה'	18:15-19:15 18:30-19:15	מגרש שלהבת אולם אבני החושן	230		
	א'+ב'		ב'	18:30-19:15	אולם אבני החושן	170		

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
ציור ורישום	ז'-יב'	שלי חלאווי	א' או ד'	18:00-19:30	בית סגול- חדר אמנות	230		6
שחמט	נבחרת ז'-ח'	מרכז דובדבן	ב'	16:00-17:10	כותר פיס	230	60 ש' תשלום חד פעמי לרכישת ערכת שחמט. כולל חודש יולי	7
	נבחרת בוגרים (מעל מד כושר 1500)	מרכז דובדבן	ב'	19:00-20:00	כותר פיס	230		
	נבחרת ז'-ח' + נבחרת בוגרים (מעל מד כושר 1500)	מרכז דובדבן	ד'	17:00-18:00	כותר פיס	150	תוספת שעת פעילות בנוסף לפעילות הרגילה של הקבוצה	
מחזות זמר	ז'-י'	בימות 2000 בניהולו של ארי אסנר	א'+ה'	19:00-20:30	כותר פיס	300	225 ש' תשלום שנתי חד פעמי עבור הקלטות ותלבושות, כולל יולי	7
תיאטרון חמש	ה'-ח'	פיליפ דומרב	ד'	17:00-18:30	כותר פיס	240		7
	ט'-י"ב	פיליפ דומרב	ב+ד	ב' 18:00-20:00 ד' 19:00-21:00	כותר פיס	300	170 ש' תשלום שנתי חד פעמי *מותנה במבחני קבלה	
משחק מול מצלמה	ח'-יב'	לי מלכה	ה'	17:00-19:00	כותר פיס	240		7
מבוכים ודרקונים	ז' ומעלה +מתקדמים	לדעת וחקר	ד'	19:00-20:00	כותר פיס	220		7
צרפתית	מתחילים	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	16:15-17:15	כותר פיס	300	קבוצות קטנות *חצי שעה משותפת לשתי הרמות.	9
	מתקדמים	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	16:45-17:45	כותר פיס	300		
טיפוח מן הטבע		סיגל דקלו	ה'	18:00-20:00	כותר פיס	350	4 מפגשים בני שעותיים, החל מתאריך 19/11	11

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
להקת מחול ישראלי עכשווי ייצוגיות	עלומים ח' - ט'	תומר ברקו לירון קיכלר	א'+ד'	15:30-17:00	בית תרבות	375	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	אביבים ז'	תומר ברקו לירון קיכלר	א'+ד'	17:00-18:30	בית תרבות	375		
	נעורים י' - י"א	תומר ברקו לירון קיכלר	א'+ד'	18:30-20:00	בית תרבות	375		
	נעורים ייצוגית י"ב	תומר ברקו לירון קיכלר	א'+ד'	20:00-21:30	בית תרבות	375		
פלמנקו	אנסמבל י'-י"ב ובוגרים	אור פלדמן	ד'	18:30-20:00	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	275	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
טכניקה מודרני בלט קלאסי	מודרני קלאסי ופוינט ו'-ז'	יעל שטרול	א + ד	15:30-17:00	כותר פיס	315	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	מודרני קלאסי ופוינט חטיבה-תיכון ממשיכים	יעל שטרול	א'	20:15-21:45	כותר פיס	275		
	מודרני קלאסי ח'-ט'	יעל שטרול	ד'	17:00-18:30	כותר פיס	275		
	מודרני פיוז'ן ו'-ח'	מור בר זכאי	ב'	17:00-18:30	בית תרבות	275		
	מודרני פיוז'ן ט'-י"ב	מור בר זכאי	ב'	18:30-20:00	בית תרבות	275		
	קומפוזיציה חטיבה-תיכון	רותם וייסמן	ג'	18:30-20:00	בית התרבות	275		

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
היפ הופ	Crew junior ו' - תלוי אודישנים	ג'וליה שחר הילה יהושוע	ב'ה'	17:00-18:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	375	חד שבועי עלות 75% מהסכום אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
	Crew להקה ייצוגית חטיבה - תיכון תלוי אודישנים	ג'וליה שחר הילה יהושוע	ב'ה'	18:30-20:00	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	375		
	תיכון ובוגרים	ג'וליה שחר הילה יהושוע	ה' ב'	20:00-21:15 21:30-22:00	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	205	חד שבועי	
	נבחרת דוליארט היפ הופ תלוי אודישנים	הילה יהושוע	ב'	20:00-21:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	260	אפשרות ביטול עד 31.12.20	
אקרודנס	ז' - ט'	דניאל אליצור	ג'	17:00-18:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	260	אפשרות ביטול עד 31.12.20	17
מצוינות תלוי אודישנים חובת השתתפות בתחרויות ואירועים ייצוגיים	מסלול תחרותי ח' - ט'	תומר ברקו	ג'	16:45-18:15	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו גדול	275	אודישן לחדשים מינימום של 3 מקצועות חובה + להקה + המצטיינים	17
	מסלול תחרותי ו' - י"א	תומר ברקו	ג'	18:15-20:15	בית תרבות	305		
	מסלול תחרותי י"ב	תומר ברקו	ג'	20:15-22:15	בית תרבות	305		



חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
בדמינגטון	מתקדמים ט'-יב'	איתי אשכנזי	א'+ד'	19:15-21:00	אולם שלהבת	260		
	תוספת יום ה'	איתי אשכנזי	ה'	15:45-16:45	אולם שלהבת	60		
טריקינג	ז' ומעלה	עידן סרי	ב'	17:45-18:45	אולם אבן חן	170	כולל יולי	21
קפוארה	ז' ומעלה	יפתח אשר	ב'+ה'	19:15-20:30	אבני החושן	230	כולל יולי	19
הישרדות	ז'	יגאל ואור יצחקי	א'+ד'	19:30-20:15	כותר פיס	200	כולל יולי	21
	ח'-י'	יגאל ואור יצחקי	א'+ד'	20:15-21:15	כותר פיס	230		
	נוער+בוגרים	יגאל ואור יצחקי	א'+ד'	21:15-22:15	כותר פיס	230		
	תוספת לנבחרת	יגאל ואור יצחקי	ו'	15:30-16:30	כותר פיס	90 תוספת		
התעמלות אומנותית	ו' ומעלה	ריטה קורש וצוות	ד'	16:30-17:15	אולם תיכון	170		19
	מתקדמות	ריטה קורש וצוות	ב'+ד'	17:15-18:00	אולם תיכון	200		
	ג'-ה'	ריטה קורש וצוות	ב+ד	17:15-18:00	אולם תיכון	200		
	נבחרת צעירה כולל בלט	ריטה קורש וצוות	ב' ה' ו'	15:30-18:00 15:30-18:00 13:00-15:30	אולם תיכון	500	כולל יולי, תשלום חד פעמי לביטוח ורישום לאיגוד, ביטול עד 31.12.19	
	נבחרת בוגרת כולל בלט	ריטה קורש	ב' ד' ה' ו'	18:00-20:30 16:30-20:30 17:30-20:30 14:30-17:30	אולם תיכון	600		
ג'ודו סמבו	ז' ומעלה	רמז ממיסטלוב	ב'+ה'	19:30-20:45	כותר פיס	220		21

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
כדור עף	ז'-ח'	משה זנדבנק	א'+ד'	18:30-19:45	אולם רבין	265	כולל יולי	21
	ט'-יב'	משה זנדבנק	א'+ד'	19:45-20:45	אולם רבין	257		
טאקוונדו	נוער	אייל שמש	ב'+ה'	18:45-20:15	ח. ספח ניצנים	240	80 ש' תשלום חד פעמי עבור הרשמה להתאחדות כולל יולי	21
	מאסטרס	אייל שמש	ב'+ה'	20:15-21:45	ח. ספח ניצנים	260		
	קדם נבחרת	אייל שמש	ב'+ה' ג'	19:00-20:30 15:30-17:00	ח. ספח ניצנים כותר פיס	330		
	תוספת לנבחרת צעירה		ו'	13:30-15:00	ח. ספח ניצנים	140	כולל יולי	
	נבחרת בוגרת		ב'+ה' ג' ו'	19:00-20:30 18:30-20:00 13:30-15:00	ח. ספח ניצנים כותר הפיס ח. ספח ניצנים	470		
		אימון גמישות	א'	16:30-17:30	כותר פיס	120 ש"ח	כולל יולי ניתן להירשם בהמלצת מאמן	
גלגליות	נוער	מועדון גלגליות	א'	19:00-20:00	אולם תיכון	200		19
נינג'ה	ו' מעלה	סנונית (זמר שוקרון)	ג'	19:00-20:15	אולם אבן חן	200		19
קונגפו	ו' ומעלה	אלי איבגי	א'	19:30-20:30	ח. ספח ניצנים	200	130 ש' תשלום חד פעמי עבור ארועים ומבחני חגורות	19
התעמלות קרקע ואקרובטיקה	נבחרת	סנונית	א'+ד'	17:15-19:45	אבן חן	480	כולל יולי	19
	תוספת לניבחרת		ג'	15:30-16:45	אבן חן	100		

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
מד"צים	י' - י"ב	שירה גרינברג	ב'	18:30-20:00	הבית הסגול	100	שנתי	25
מד"צים	ט'	שירה גרינברג	ג'	18:00-19:30	הבית הסגול	450	שנתי	
טרום - מד"צים	ז'-ח'	שירה גרינברג	ג'	18:00-19:30	הבית הסגול	450	שנתי	
חניכי מד"צים	ג'	שירה גרינברג	ג'	17:00-18:30	הבית הסגול	450	שנתי	
עמיתי דילר	נוער	יפעת נדלר	א'	21:00 - 17:00	הבית הסגול			
שוהמביט	נוער	מושיקו אברמוביץ	א'	17:00-19:00	הבית הסגול	250	חודשי	
שוהמלייב	נוער	אלון מלר	ד'	18:30-20:00	הבית הסגול	150	חודשי	
קבוצת יזמות נוער	נוער		ה'	18:00-20:00	הבית הסגול	150	חודשי	

# מבוגרים

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
ציור ורישום		שלי חלאוי	א' או ד'	20:00-22:00	בית סגול - חדר אמנות	270		6
קרמיקה		דבורה סובר	ב'	19:00-20:30	בית סגול - חדר אמנות	300 ש"ח	150 ש"ח תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים 40* מפגשים	6
אמנות רב תחומית DIY		ורד ברנע	ד'	19:00-20:30	כותר פיס	250 ש"ח	150 ש"ח תשלום שנתי חד פעמי עבור חומרים	7
שחמט	נבחרת בוגרים (מעל מד כושר 1500)	מרכז דובדבן	ב'	19:00-20:00	כותר פיס	230	60 ש"ח תשלום חד פעמי לרכישת ערכת שחמט, כולל חודש יולי	7
	נבחרת בוגרים (מעל מד כושר 1500)	מרכז דובדבן	ד'	17:00-18:00	כותר פיס	150	תוספת שעת פעילות בנוסף לפעילות הרגילה של הקבוצה	
יסודות הצילום		דובי פיינר	ב'	19:00-22:00	כותר פיס	2300 ש"ח	16 מפגשים (11 עיוניים+5 סיורים) החל מתאריך 12/10	9
צילום בטלפון חכם		דובי פיינר				600 ש"ח	2 מפגשים (עיוני+מעשי)	9
אנגלית מדוברת	מתחילים/ מתקדמים	דיאלוג, האונ' הפתוחה	א'	18:00-21:00	כותר פיס	1680	15 מפגשים 4 ש"א כל מפגש, * מותנה בבחינת מיון בע"פ לקביעת הרמה.	9
ערבית מדוברת	מתחילים/ מתקדמים	וופא עוקבי	ה'	19:00-21:15	כותר פיס	1710	10 מפגשים, 30 ש"א. החל מתאריך 5/11	9
ספרדית	מתחילים/ מתקדמים	מעין סיסטר	א'	19:30-21:00	כותר פיס	1695	18 מפגשים, 36 ש"א. החל מנובמבר	9



# מבוגרים

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
צרפתית	מתחילים א'	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	17:45-18:30	כותר פיס	300	קבוצות קטנות כל תלמיד יכול להשתתף בשתי הרמות	9
	מתחילים ב'	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	18:30-19:15	כותר פיס	300		
	מתקדמים א'	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	19:15-20:00	כותר פיס	300		
	מתקדמים ב'	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	20:00-20:45	כותר פיס	300		
	דוברי צרפתית	פרופ' מיכאל בר יהודה אייאש	ב'	20:45-21:30	כותר פיס	300		
שוהם בשר		אתי לב	ב'	21:00-23:00	כותר פיס	180	חבורת זמר ייצוגית	9
LifeDance ריקוד החיים	נשים	טלי ריינגוורץ	א'	20:00-21:30	מרכז אומנויות הבמה, סטודיו גדול	210		11
הוס סטיילינג		דיפלומה, האונ' הפתוחה	ד'	18:00-21:15	כותר פיס	2275	10 מפגשים, 40 ש"א החל מתאריך 4/11	9
איפור ויופי		סיגל דקלו	ה'	19:00-21:00	כותר פיס	350	4 מפגשים בני שיעורים. החל מתאריך 15/10	11
טיפול מן הטבע		סיגל דקלו	ה'	18:00-20:00	כותר פיס	350	4 מפגשים בני שיעורים. החל מתאריך 19/11	11
שמחת השנים		ד"ר אורנה אבידן	ג'	19:00-21:00	כותר פיס	400	8 מפגשים בני שעה וחצי. החל מתאריך 13/10	11
נפלאות התזונה		ד"ר יניב שלמה עובדיה	ו'	9:30-10:30	כותר פיס	270	3 מפגשים בני שעה. החל מתאריך 23/10	11
אוכל חובק עולם		חגית, סודות של אוכל			כותר פיס	1920 ש"ח	6 סדנאות בנוות שיעורים. החל מנובמבר	11

# מבוגרים

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
היפ הופ	נשים	טליה בוגר	א'	20:30-21:30	מרכז אמנויות הבמה, סטודיו קטן	195		17
ג'אז לירי	מבוגרים	יעל שטרול	ד'	20:00-21:15	כותר פיס	210		17
ריקוד על עמוד	נשים	קורין מליבובסקי	ג'	19:00-20:00	כותר פיס	195		17
קפוארה	מבוגרים מעורב	יפתח אשר	ב'ה'	20:30-22:00	אולם אבני החושן	242	כולל יולי	19
הישרדות	מבוגרים	יגאל ואור יצחקי	א'ד'	21:15-22:15	כותר פיס	230	כולל יולי	21
אייקידו	מעורב	גיא סער	ג' ו'	20:30-22:30 14:00-15:30	כותר פיס	170/260	כולל יולי	23
נינג'יצ'ו	מבוגרים	ערן	ג'	20:30-22:00	ח. ספח ניצנים	250	כולל יולי	21
כדורשת-ליגה	נשים	אורי חוסרבי	ב'	20:30-22:00	אולם שלהבת	170	ללא הנחות - כולל יולי	23
כדור עף	מעורב	משה זנדבנק	א'ד'	20:45-22:30	רבין	285	כולל יולי	21
כושר מבוגרים	נשים	רוני שומרון	ב'ה'	20:00-21:00	אולם אבן חן	230	כולל יולי	23
	גברים	רוני שומרון	ב'ה'	21:00-22:00	אולם אבן חן	230	כולל יולי	
כדורסל	נשים	אלי קורינו	ב'	21:00-22:30	רבין	170	כולל יולי ללא הנחות	23
קונגפו	נוער+מבוגרים	אלי איבגי	א	19:30-20:30	ח. ספח ניצנים	200	130 ש"תשלום חד פעמי עבור ארועים ומבחני חגורות	
סטודיו LEVEL-UP	מבוגרים	צוות	א-ו'	שעות הבוקר ואחר הצהריים עד הלילה			כל השנה	23

# מבוגרים

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
ליגת כדורשת שוהם לנשים מאמאנט	נשים קבוצת צוקים	ארז שיר	א'	21:00-22:30	תיכון	170	כולל דמי הרשמה - אין הנחות כולל יולי	23
	נשים קבוצת אבני החושן		ב'	20:30-22:00	אולם אבן חן	170		
	נשים קבוצת אבן חן		ג'	20:30-22:00	אולם אבן חן	170		
	נשים קבוצת ניצנים	אלי קוריני	ד'	21.00-22.30	אולם שלהבת	170		
	נשים קבוצת יהלום		ד'	18:45-20:15	יהלום	170		
	נשים קבוצת רבין	דבי יישק	ה'	20:30-22:00	רבין	170		
טאקוונדו- הגנה עצמית	קדם נבחרת	אייל שמש	ב'ה' ג'	19:00-20:30 15:30-17:00	ח. ספח ניצנים כותר הפיס	330	80 ש' תשלום חד פעמי עבור הרשמה להתאחדות - כולל יולי	21
	תוספת לנבחרת צעירה		ו'	13:30-15:00	ח. ספח ניצנים	140		
	נבחרת בוגרת		ב'ה' ג'	19:00-20:30 18:30-20:00	ח. ספח ניצנים כותר פיס	470		
			ו'	13:30-15:00	ח. ספח ניצנים			
		אימון גמישות	א	16:30-17:30	כותר פיס	120 ש"ח		
					כולל יולי ניתן להירשם בהמלצת מאמן			
הגנה עצמית (טאקוונדו)	נשים	אייל שמש	ג'	20:00-21:00	סטודיו כותר הפיס	170 ש"ח	80 ש' תשלום חד פעמי עבור הרשמה להתאחדות - כולל יולי	21

# אזרחים ותיקים

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
ריו	אזרחים ותיקים	דליה עדן	א'	9:00-9:45	בית הגמלאי			27
זמבה	אזרחים ותיקים	דליה עדן	א' ד' ד'	9:00-9:45 8:10-9:00 9:15-10:00	בית הגמלאי			27
התעמלות	אזרחים ותיקים	דליה עדן	ב'	9:00-9:45 10:00-10:45	כותר פיס			
פילאטיס	אזרחים ותיקים	רימה גלילי	א' א' א' ג' ג' ג'	8:00-8:45 9:00-9:45 10:00-10:45 8:00-8:45 9:00-9:45 10:00-10:45	בית הגמלאי			27
פילאטיס	אזרחים ותיקים	רלי דרור	ב'	7:00-7:45 8:00-8:45 9:00-9:45	בית הגמלאי			27
יוגה	אזרחים ותיקים	לילי פרג'ון	ג'	7:15-8:30	בית הגמלאי			27
פלדנקרייז	אזרחים ותיקים	דניאלה	א' ד'	10:00-10:45 9:00-9:45	כותר פיס			27
	אזרחים ותיקים	אביב דוד	ד' ה'	10:00-10:45 10:00-10:45	כותר פיס			
בונה עצם	אזרחים ותיקים	זהר גלילי	ה'	7:00-7:45 8:00-8:45 9:00-9:45 10:00-10:45	בית הגמלאי			27
פיזיותרפיה	אזרחים ותיקים	הילה הינדרי	ה'	8:00-8:45	בית הגמלאי			27



# אזרחים ותיקים

חוג	קבוצה / גילאים	מדריך	יום	שעה	מקום	מחיר	הערות	עמ'
סריגה	אזרחים ותיקים	דבורה דבוש	א'	10:00-12:00	בית הגמלאי			
עיצוב בחרוזים	אזרחים ותיקים	ברוריה לובטון	ב'	10:00-12:00	בית הגמלאי			
ציור	אזרחים ותיקים	שלמה מאירי	ג'	8:30-10:30 11:00-13:00	הבית הסגול			27
	אזרחים ותיקים	דלית שריר	ד'	8:00-10:00	הבית הסגול, חדר אמנות			
קרמיקה	אזרחים ותיקים	דבורה סובר	ב'	9:00-11:00 11:30-13:30	הבית הסגול, חדר אמנות			27
	אזרחים ותיקים	אורנה קארו	ד'	10:30-12:30 13:00-15:00	הבית הסגול, חדר אמנות			
ציור במשיכת מכחול	אזרחים ותיקים	כלנית רם	ב'	15:45-17:30 17:45-19:30	בית הגמלאי			27
ברידג'	אזרחים ותיקים	אירית קרביץ	ג' ד'	9:00-12:00 9:00-12:00	בית הגמלאי		לא מתקיים בתקופת קורונה	27
מקהלה	אזרחים ותיקים	ריקי שולצינר	ג'	17:00-18:30	בית הגמלאי			27
ריקודי עם	אזרחים ותיקים	ריקי שולצינר	ג'	18:30-20:00	בית הגמלאי		לא מתקיים בתקופת קורונה	27

בית הספר למחול בשוהם

דולי ארט

ניהול אמנותי דולי זורניצר



# כי את הריקוד הזה אי אפשר להקסיק!

פרטים והרשמה:

03-9723001 / 054-5592031 (#1)



מידע כללי על ביה"ס - עמ' 16-17

טבלאות נתונים: מחול לגיל הרך עמ' 32

מחול לילדים עמ' 36-38 / מחול נוער עמ' 43-44 / מחול מבוגרים עמ' 50



משרד  
התורבות  
והספורט



# נוהלי רישום ותשלום להשתתפות בפעילות החברה העירונית חמש

## אופן ותנאי רישום

רישום אינטרנטי לחוגי חמש באתר: [hamesh.co.il](http://hamesh.co.il)  
או למלא טופס רישום ולהעבירו למייל: [Moked5@shoham.muni.il](mailto:Moked5@shoham.muni.il)  
לפרטים ניתן לפנות למוקד חמש בטלפון 03-9723001 שלוחה 1

- פתיחת קבוצת פעילות מותנית במספר מינימום של נרשמים, בהתאם לסוג הפעילות וכמו כן מספר המקומות מוגבל וכל הקודם זוכה.
- בחוגים שעבורם נדרשים חומרים, מופעי סוף שנה או פעילויות מיוחדות נוספות ייגבה תשלום נוסף.
- משתתף בחוג יחשב כרשום רק לאחר שסיים תהליך הרשמה לחוג בטופס ההרשמה ויסדיר את התשלום.
- אין אפשרות לרישום או תשלום חלקי עבור הפעילויות.
- בתחשיב עלות החוגים נלקחו בחשבון חופשות וחגים החלים בשנת הפעילות כמפורט מטה.
- דמי רישום חד פעמיים למשתתף בסך 30 ₪ לכל חוג או 45 ₪ לחבילות מחול או מוזיקה (עד לתקרה של 90 ₪ למשפחה) יגבו בעת הרישום, דמי רישום אלו לא יוחזרו.
- שיעור ניסיון: כל משתתף רשאי להשתתף בשיעור ניסיון אחד לפני ביצוע הרישום, במידה והמשתתף החליט להירשם, שיעור הניסיון ייחשב כשיעור הראשון.
- משתתף לא יוכל להיכנס לשיעור השני ללא אישור תשלום מהמוקד.
- לתלמידים ממשיכים בלהקות המחול אין שיעור ניסיון.
- באחריות ההורים לוודא כניסת הילד לשיעור ואיסופו בסיום הפעילות.
- החיוב הראשון יכלול דמי רישום ואת הסכום המצטבר מתחילת ההשתתפות בחוג והתאריך הקובע לרישום/חיוב יקבע על פי דיווח מהמזכיר.
- הפניה בגוף החוברת בלשון זכר אך מיועדת לשני המינים.
- בקשות להתאמות נגישות יש להגיש עד 3 שבועות לפני תחילת כל חוג בציון על גבי טופס הרישום ובטלפון 03-9723001 שלוחה 1.

## הנחות בני משפחה:

- החוג הראשון במחיר מלא.
- לחוג השני (הזול מבניהם) תינתן הנחה בגובה 5%.
- לחוג השלישי תינתן הנחה בגובה 5% ומחוג רביעי ומעלה תינתן הנחה בגובה 10%.
- במקרה של ביטול חוג תבטול או תשתנה ההנחה בהתאם.
- ההנחות הנ"ל אינן תקפות בקבוצות ייצוגיות ובנבחרות ספורט תחרותי.
- במקרים מיוחדים ניתן לפנות לוועדת הנחות, באמצעות מילוי טופס בקשה וצירוף מסמכים.
- משפחה הזכאית להנחה בוועדת הנחות לא תקבל הנחה נוספת בגין מספר ילדים- אין כפל הנחות.

## נוהלי ביטול:

- הודעות על ביטול חוג תתקבלנה בכתב בלבד באמצעות פקס/דוא"ר/מילוי טופס ביטול במוקד חמש, יש לוודא הגעת הטפסים בטלפון: 03-9723001 שלוחה 1.
- לא יתקבלו ביטולים בטלפון ו/או בהודעה למזכיר.
- עד לקבלת הודעה הנ"ל בכתב ייחשב המשתתף כממשיך בפעילות לכל דבר.
- העברה מחוג לחוג או ביטול השתתפות בחוג יש להגיש בהודעה בכתב עד ה-25 בכל חודש, עבור החודש הבא אחריו. הודעת ביטול שתתקבל לאחר ה-25 בחודש, תאפשר הפסקת החיוב רק בתום החודש העוקב.
- בקשות להפסקת פעילות בחוג או העברה מחוג לחוג תתקבלנה עד ה-25.3.2021 לאחר מכן לא ניתן יהיה לקבל החזר כספי בגין הפסקת ההשתתפות.
- בלהקות ו/או בנבחרות ייצוגיות יתאפשרו ביטולים עד ה-30/12/2020 ולנרשמים לאחר מועד זה-תוך 45 יום מיום ההרשמה.
- במקרה של ביטול חוג, תבטלנה ההנחות.
- לא יתאפשר ביטול בסדנאות ובקורסים - אלא עד שבוע לפני פתיחת הקורס/סדנה.
- העברה מחוג לחוג תעשה רק מתחילת החודש, התאריך האחרון להעברות מחוג לחוג הוא 25.3.21.
- לא יוחזרו שיעורים ו/או כספים בגין היעדרות המשתתף, למעט היעדרות שלמעל שבועיים עקב סיבות רפואיות, בצירוף אישור רפואי מתאים.
- היעדרות מזכיר תושלם ככל האפשר ע"י מזכיר מחליף ו/או תועבר למשתתפים במועד אחר.
- אין התייבות להחזר שיעורים ביום ובשעה הקבועים של החוג.
- בכל מקרה בו יוחזרו שיעורים, לא יוחזר תשלום למשתתפים.

\* הזכות לשינויים שמורה לחברה העירונית חמש.

## חופשות:

במועדים המפורטים להלן לא תתקיים פעילות בחוגים:  
\* בערב יום השואה ובערב יום הזיכרון יתקיימו חוגים עד השעה 19:00 בלבד.  
\* ביום השואה יתקיימו חוגים ללא השמעת מוזיקה.

חג	ימים	תאריך	
ראש השנה	ו' - א'	18.9.20 - 20.9.20	כ"ט באלול-ב' בתשרי
כיפור	א' - ב'	27.9.20 - 28.9.20	ט"ו-י' בתשרי
סוכות	ו' - שבת	2.10.20 - 3.10.20	י"ד בתשרי-ט"ו בתשרי
	ו' - שבת	9.10.20 - 10.10.20	כ"א-כ"ב בתשרי
פורים	ו'	26.2.21	י"ד באדר
פסח	שבת - שבת	27.3.21 - 3.4.21	י"ד בניסן-כ"א בניסן
יום הזיכרון	ד'	14.4.21	ב' באייר
יום העצמאות	ה'	15.4.21	ג' באייר
שבועות	א' - ב'	16.5.21 - 17.5.21	ה' סיון-ו' בסיון





**מרכז אמנויות הבמה שוהם**  
**תרבות, איכות, הנאה.**  
 מושלם לכנסים, ימי עיון ואירועים עסקיים.



מרכז אמנויות הבמה הוא הנגיש ביותר  
 בארץ ותוכלו למצוא בו מערכות עזר  
 לשמיעה, לתיאור קולי ולפישוט לשוני,  
 תא אקוסטי לתיאור קולי ולפישוט  
 לשוני, עמדת תמלול, שילוט אלקטרוני,  
 התמצאות ושילוט קולי ועוד.

אודיטוריום מדורג - 511 מקומות ישיבה | במת מופעים והרצאות רחבה ונוחה  
 אולם ולובי נגישים | מבואה אלגנטית לקבלות פנים ותערוכות | חנייה חופשית  
 מערכות הגברה, תאורה והקרנה משוכללות | צוות מקצועי מהשורה הראשונה

לפרטים: 03-9724700 tickets@shoham.muni.il