



מועצה אזורית עמק חפר
מרכז קהילתי אזורי
על שם מוריס וברסה גינס

מועצה אזורית
עמק חפר
מקום שנותן מקום



שְׁקִדְיָה יִפֹּת צִמְרָת,
שְׁקִדְיָה חֲמוּדָה,
עֲדִינָה וְנִהְדֵּרֶת
פְּרִיחָתָהּ הַיּוֹרְדָה.

מִסְבִּיבְךָ הוֹרִיק הַדָּשָׂא
וְכֹל נִבֵּט פֹּה נִבֵּט
כֹּל אֲרָצָנוּ מְחֻדָּשֶׁת
ט"ו בְּשֶׁבֶט, ט"ו בְּשֶׁבֶט.

שְׁקִדְיָה שְׁלִי נִחְמַדֶּת
שְׂאֵי בְּרָכָה, שְׂאֵי בְּרָכָה,
חֲג הַיּוֹם לְךָ יוֹם הַלֵּדָת
לְפִרְיָחָהּ, לְפִרְיָחָהּ.

לאה גולדברג

מרכז קהילתי עמק חפר

אגף קהילה וישובים

פברואר 2020

שבת-אדר תש"ף

המרכז הקהילתי האזורי עמק חפר

אגף קהילה וישובים

מנהלת אגף קהילה וישובים נחמה כהן

סגנית מנהלת אגף קהילה וישובים מאיה חסיד

רישום וגביה 09-8981635

פרסום מודעות 09-8973320

מרכז קהילתי צפון חפר 09-8973332

כ. הרא"ה | אלישיב | גאולי תימן | אמצ' | גן יאשיה | אחיטוב | המעפיל | גח"א | גח"מ
עין החורש | כ. חגלה | חרב לאת | חיבת ציון | בחן | יד חנה

מרכז קהילתי מרכז חפר 09-8973329

משמר השרון | העוגן | מעברות | כפר חיים | כפר ידידיה | הדר עם | בית יצחק | אביחיל
שושנת העמקים | כפר מונאש | בית הלוי

מרכז קהילתי שפלת חפר 09-9747230

בורגתה | תניאל | עולש | בארוחיים

מרכז קהילתי חוף חפר 09-8665187 | 09-8664306

מכמורת | חופית | כ. ויתקין | בית ינאי | בית חרות | גבעת שפירא | בת חן | ביתן אהרון

מרכז קהילתי בת חפר 09-8781090

תרבות ופנאי אזורי 09-8981565

מחלקת נוער 09-8981629 | 09-8981557

מרכז צעירים 09-8981561

מחלקת ותיקים 09-8973321 | 09-8981634

זית 09-8973331 | 09-8981566

מרכז קשר והכוון אפ 60+ 09-9740994 | 09-8981632 | 09-9557113

תושבות ותושבים יקרים!

לאחר הגשמים העזים שירדו על השדות והטבע, שהם סביבת חיינו, אנו צפויים לראות את התוצאה משובבת הנפש לכשתצא החמה בחודש שבת, ליום אחד או יותר, כשהכול יפרח והשדות יוריקו. בחודש הקרוב צפויים אירועים רבים ומהנים ביישובים ובחוות הנוי - המקום שמסמל אולי יותר מכל את ט"ז בשבט בעמק חפר; את החיבור הטבעי שלנו למחזור החיים בטבע והרצון לקדם קיימות ושמירה על הסביבה.

החודש נחוג גם אירוע הוקרה לנוער המתנדב האיכותי הגדל כאן בעמק ותורם לחברה מזמנו ומרצו. כי כך צריך בקהילה איתנה ובריאה - לקבל וגם לדעת לתת. באולם עין החורש, יתקיים מופע מיוחד לציון 50 שנה למותו של נתן אלתרמן. אלתרמן הוא מהיוצרים האהובים עליי. השפעתו על החברה והתרבות הישראלית גדולה וחשובה. למרות עשרות השנים שעברו מאז הלך לעולמו, יצירתו נותרה עוצמתית ועמוקה. שיני הזמן ותהפוכות הטרנדים לא נגסו בה. אני אגיע לערב המרגש, המרתק והמהנה הזה. מקווה שתצטרפו אליי!

לכה ושלכן!

ד"ר גלית שאול, ראשת המועצה האזורית עמק חפר



תוכן העניינים

2 עמ'	המרכז הקהילתי: שלוחות ומחלקות
4 עמ'	ארועי ילדים
7 עמ'	ארועי צעירים
8 עמ'	ארועי מבוגרים
20 עמ'	ארועי ותיקים
עמודי אמצע	תוכנית ארועים מרוכזת לתלישה

ילדים

צפון חפר 09-8973332

**ביום שני 3.2.20 בשעה 17:00 בבית העם בחיבת ציון
סדנה ליצירת עציץ מתוק לקראת ט"ז בשבט**

מגיל 4 | מחיר: 30 ש"ח



**ביום רביעי 5.2.20 בשעה 17:00 בבית העם בכפר חגלה
ספר הגזנגל - אגדה הודית | ליאורה שוקרון ואיליאל מטיאז**

מגיל 4 | מחיר: 25 ש"ח

**ביום חמישי 6.2.20 בשעה 17:00 במועדון המעפיל
טוטו וחברים | תאטרון הקרון | מגיל 3 | מחיר: 25 ש"ח**

**ביום שני 10.2.20 בשעה 17:00 בגן השעשועים (ליד המגרש) באחיטוב
ט"ז בשבט לכל המשפחה | הכניסה חופשית!**

ביום רביעי 12.2.20 בשעה 17:00 בבית העם באמץ

מר זוטא ועץ התפוחים | גבריאל הדר מספר ושר | ע"פ אורית רז

מגיל 3 | מחיר: 25 ש"ח



ביום חמישי 13.2.20 בשעה 17:00 בבית התרבות בכחן

האוצר שאינו נגמר | תאטרון אורנה פורת

מגיל 3 | מחיר: 25 ש"ח

ביום שני 17.2.20 בשעה 17:00 במועדון בגן יאשיה

סדנת יצירה לט"ז בשבט | יצירה בירוק

מגיל 3 (בליווי הורה) | מחיר: 30 ש"ח

ביום שלישי 18.2.20 בשעה 17:00 בבית העם יד חנה

יום המשפחה

יצירה בבצק עם רוני | מתחם משחקי עץ ושעשועי מדע | מופע מוזיקלי |

דוכן אוכל בתשלום

הכניסה חופשית!



ילדים

מרכז חפר 09-8973329



ביום חמישי 6.2.20 בשעה 17:00 במועדון קיבוץ מעברות
הארנב ממושי | תאטרון על מקל
מחיר: 25 ש"ח | מגיל שנתיים



שבת 8.2.20 בשעה 10:30 בחורשת כפר מונאש
הפנינג ט"ז בשבט
מוזמנים. ות בשמחה לפיקניק משפחתי (כל משפחה תביא לעצמה את ארוחת בוקר), פעילות יצירה ושתייה ברוח המיחזור.
במקום יופעל בית קפה בתשלום סמלי | הכניסה חופשית!



ביום חמישי 13.2.20 בשעה 17:00 בבית העם כפר חיים
נעלי הקסם של יאיר | תאטרון השעה הישראלי
מחיר: 25 ש"ח | מגיל 3



יום ראשון 16.2.20 בשעה 17:00 בבית העם בית יצחק
המתנה של הצב | גבריאל הדר
מחיר: 25 ש"ח | מגיל שנתיים

ביום שלישי 25.2.20 בשעה 17:00 במועדון הפיס שושנת העמקים
חברים על הגשר | תאטרון אורנה פורת
מחיר: 25 ש"ח | מגיל 3

ביום רביעי 26.2.20 בשעה 17:00 בספריית כפר מונאש
הקוסם מארץ עוץ | מאיה שוטנפלד ציון - שחקנית ובובנאית
מחיר: 25 ש"ח | מגיל שנתיים

ילדים



חוף חפר 09-8664306

פיסול בקרמיקה עם שרונה

ימי רביעי בין השעות 16:00 - 17:00 במרכז הקהילתי חוף חפר

חוג יצירתי במהלכו יעברו טכניקות ייחודיות לפיסול תוך ליווי אישי. הכרה של הילד עם חזקותיו, פיתוח מוטוריקה עדינה, רגיעה בזמן היצירה, עשייה, התחדשות והנאה.

מיועד לילדי כיתות א'-ג'

Super English

בואו ללמוד אנגלית עם גיבורי על ולהיות גיבורי על באנגלית! קורס אנגלית חווייתי מלא במשחקים, שירים וכיף. בהדרגת אור בקשן מורה מוסמכת בעלת ניסיון רב בלימוד השפה האנגלית לגילאי בית ספר יסודי. גיבורי העל ילמדו 10 אותיות באנגלית, אוצר מילים רב ויתרגלו דיבור באנגלית.

ימי ראשון החל מתאריך 1.3.20 בין השעות 17:00 - 17:45 במרכז הקהילתי חוף חפר

מיועד לרמת מתחילים בכיתות ב'-ג' | מחיר: 1000 ש"ח | 10 מפגשים

מפגש חשיפה למתעניינים

יתקיים ביום ראשון, 23.2.20 בשעה 17:00 במרכז הקהילתי חוף חפר

להרשמה: 09-8664306

נוער 09-8981557

ערב הוקרה לנוער מתנדב

ערב הוקרה מצחיק ומרגש שיוקדש לנוער עמק חפר הפעיל ומתנדב במסגרות השונות בעמק

יום שני 3.2.20 בין השעות 18:30 - 23:00

באולם המופעים עין החורש

בחכנית: ♦ דוכן מתוקים

♦ ברכות

♦ מופע סטנדאפ של אורי חזקיה

♦ מופע של להקת "רקשרים" עמק חפר

♦ הסעות מהיישובים

♦ הערב במעמד ראשת המועצה ד"ר גלית שאול

פרטים נוספים אצל רכזי הנוער היישוביים



צעירים

מרכז צעירים 09-8981561

צעירי עמק חפר כשרוצים להצליח הולכים על בטוח
פסיכומטרי? רק בקידום!

במחיר מיוחד רק עבורכם! לפרטים *2055

מועצה אזורית עמק חפר | מרכז קהילתי חוף חפר | מרכז צעירים

רביעי בשניים
בוקר אהורים ותינוקות בחופשת לידה

פברואר 2020

ימי רביעי | 10:00 | 30 ש' | לב חופית

19/2 אליאן שוחט עיסוי תינוקת	 בשביל האמהות	 KEREN OR	5/2 סדנת אצורה ראשונה והחייאת תינוקת
26/2 ד"ר דנתן אידן אגדול עם בע"ח	 מידן מפנה ומנרית		12/2 קרון קטרי חופשת לידה בפאוס

להרשמה, הילה בר מאיר: hilam@hefer.org.il

לב חופית



ביום שבת 1.2.20 בשעה 11:00 במועדון בגבעת חיים איחוד

בוקר שבת קלאסי

ספירה - קונסורט חליליות

Laura Dümpelmann | Laura Hanetseder | Lina Herman

Tzu-Chi Kuo | Zuzana Gulová

לאחר שנפגשו באוניברסיטה לאומנויות בגראץ, אוסטריה, בכיתה של אנדראס בוהלן, נפלה בידן ההזדמנות לעבוד עם העתקים מודרניים של חליליות רנסאנס בהתמקדות ברפרטואר מהמאה ה-16. המפגש הבין לאומי והרב תרבותי בין הנגניות הוליד את הרכב החליליות ספירה - ספירה אחת בה הן נהנות להתקיים וליצור ביחד. רוב היצירות בוצעו במקור במגוון של אירועים חברתיים, דתיים וחילוניים, שהיו חשובים אז כשם שהם חשובים גם היום, ולכן גם היום הן נהנות לנגן בברים, בתי קפה וכנסיות, ובמקביל להתנסות במוזיקה ניסיונית בת זמננו לצד המחקר המתמשך של ביצועים היסטוריים.

מחיר: 30 ₪



ביום רביעי 5.2.20 בשעה 20:00 במועדון בגבעת חיים איחוד

הקרנת הסרט: סיבת המוות | בימוי: רמי א. כץ. 2018

בשנת 2002 נהרג השוטף הדרוזי סלים ברכאת בעת ניטרול מחבל בפיגוע בסי-פוד מרקט. אלא שמידע שגונב לאוזנו של אחיו של השוטף בקשר לסיבת מותו, מטלטלת את עולמו, והוא יוצא למסע חקירה פרטי לבירור האמת. בחום ההקרנה מפגש עם במאי ומפיק הסרט: רמי א. כץ

מחיר: 30 ₪



מוצ"ש 15.2.20 בשעה 19:30 בבית העם בבית יצחק

קאמרי לעת ערב

נשפני חמישיית תל אביב והפסנתרן אלון גולדשטיין, חוגגים יום הולדת לבטהובן: מיצירותיו יונגנו "החמישייה לפסנתר וכלי נשיפה" וסונטת "אור הירח" לפסנתר. עוד בתוכנית: מיצירות בארבר, ברנשטיין ובריו והשישייה של ז'אן פרנסה. רואי אמוץ, חלילן | יגאל קמינקא, אבובן | דני ארדמן, קלרניטן | איתמר לשם, נגן קרן יער נדב כהן, נגן בסון | עם אלון גולדשטיין, פסנתרן

מחיר: 40 ₪ | תשלום במקום, כולל כיבוד קל ויין באדיבות יקב אלכסנדר

מבוגרים



למה צריך להגיד כל דבר אלף פעם?!

קבוצת הורים בגישת אדלר לילדים צעירים (0-12)

בהנחיית לאה שטרן, מנחת הורים ומרצה בארגונים וחברות. מומחית הורות בתקשורת. בעלת תואר שני בתקשורת ומוסמכת מכון אדלר בסדרה של שישה מפגשים נקבל כלים להורות יעילה יותר, תוך שמירה על יחסים טובים בין כל בני המשפחה.

בין הנושאים: סמכות הורית, פיתוח בטחון עצמי, חוקים, גבולות ועוד...

ימי שני החל מחתריך 17.2.20 | 20:30 - 22:30 במועדון צעירים במשמר השרון

מחיר ליחיד: 480 ₪ | מחיר לזוג: 660 ₪

מפגש ראשון ללא התחייבות | להרשמה: קרן מדמוני 052-6250512

תרבות ופנאי אזורי 09-8981565



קורסי מכון אבשלום

קוקטייל ארץ ישראלי

ביום רביעי 5.2.20 בשעה 07:00 יציאה ממתחם אלונית משמר השרון

סיור מס' 3: "בעקבות עיירות הפיתוח" | מדריך: רמי אהרוני

ביום שלישי 11.2.20 בשעה 07:00 יציאה ממתחם אלונית משמר השרון

סיור מס' 2 (השלמה): "נצרת בתקופת החגים" | מדריך: יוחם יעקובסון

מחיר כל סיור: 220 ₪

ביום ראשון 23.2.20 בשעה 18:00 במועדון לחבר קיבוץ מעברות

הרצאה מס' 4: "אשת חיל מי ימצא -

סיפורן של הנשים בונות האומה בבולים ובשירים" מרצה: חזי פונסקי

מחיר: 70 ₪

מכון אבשלום
מכון ללימודים חינוכי וחינוכי
www.machon-avshalom.org

לפרטים נוספים: אושרית מסורי | 09-8981565 | oshritm@hefer.org.il
הרשמה אינטרנטית באתר המועצה האזורית עמק חפר | www.hefer.org.il

מבוגרים

חוף חפר 09-8664306

תערוכות מתחלפות

תערוכה מיוחדת לרגל ט"ז בשבט | "כי האדם עץ השדה"
ערב פתיחה חגיגי יתקיים ביום רביעי 5.2.20 בשעה 19:30
במרכז הקהילתי חוף חפר

בנוכחות היוצרים, מורים, בני משפחה, אורחים וחברים
התערוכה מציגה ציורים ופסלים של עצים מיצירותיהם של תלמידי תיכון "בית
אקשטיין" רופין, בני נוער המתמודדים עם קשיים רגשיים ונפשיים
העבודות נעשו במסגרת שיעורי אמנות עם המורות איילת הררי ונירמין גנאם.



יום רביעי 12.2.20 בשעה 20:00 במרכז קהילתי חוף חפר - כפר ויתקין
דביעי בחברותא' פותחים את הבית והלב
חשיפת פרויקט משפחות מארחות

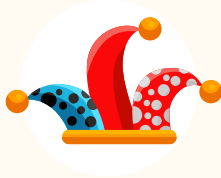
אנו מזמינים אתכם - משפחות, הורים למתבגרים והורים בכלל להקשיב, לחשוב ולהיפתח
לפרויקט משפחות המארחות את חניכי פנימיית כפר הנוער הדסה נעורים אשר עולים ללא הורים
לארץ. במהלך הערב נכיר את פעילות כפר הנוער הדסה נעורים על ידי שיחה עם מנהל הכפר, עמרי
מגן, נקיים שיח עם מנהלת היחידה הטיפולית - ליאור כרמלי בנושא משמעות וחיבור עם מתבגרים
עולים וההיבטים השונים של מבוגר משמעותי בחיי מתבגר. בנוסף, נכיר ונשוחח עם משפחה
מארחת אשר תספר את סיפורה האישי ואת סיפורם של חניכיהם מתארחים.
מוזמנים בשמחה לבוא, לשמוע ולפתוח את הלב!

יוגה ויניאסה עם מיכל | ימי שלישי 8:30 - 9:45 בלב חופית'

לפרטים ותיאום שיעור ניסיון 09-8664306 | מיכל 052-5327474
מחיר: 210 ₪ לחודש | מתאים לכולן ולכולם



'זית' זהות יהודית תרבותית



אירוע ראש חודש אדר | 'זנהפוכו'
יום שני | כ"ט בשבט | 24.2.20 | 16:30 | בית העם כפר הרא"ה
יצרים תחפושות חדשות מתחפושות ישנות, כולל החלפת תחפושות!
חגיגה לכל המשפחה! | מחיר: 20 ש"ח



מרכז קשר והכוון לאזרח הותיק אפ 60+

סדנה לתכנון וניהול "תקופת החיים החדשה"

פרשתם? מוזמנים לשוחח ביחד, ללמוד מניסיונם של אחרים וניסיון המומחים!
ימי רביעי החל מ- 5.2.20 בין השעות 09:00 עד 12:30
בחדר חוגים, מתנ"ס קדם (ליד הבריכה)

אף פעם לא מאוחר לעצב מחדש את המחר. בסדנא נדבר על המעבר מעולם העבודה לשלב הגמלאות, האתגרים החדשים, הגשמה עצמית, ההיבט המשפחתי ועוד.
הסדנא מתאימה למי שנמצא עד 5 שנים לאחר פרישה
הסדנה בת 8 מפגשים, מחיר: 50 ש"ח | מספר המקומות מוגבל

סדרת הרצאות מחקריות - בואו להיות מעודכנים במחקרים החדשים

מרכז קשר והכוון/ אפ 60+ בשיתוף עם אונ' חיפה, החוג ללימודי גרונטולוגיה, מציגים:
סדרת הרצאות מחקריות, בואו להיות מעודכנים במחקרים החדשים
מפגש שני: בדידות ואוקסיטוצין

רבאב אבו אלהיג'א דוקטורנטית בחוג לגרונטולוגיה באוניברסיטת חיפה תחושת הבדידות יכולה להזיק לבריאותו הנפשית, הפיזית והקוגניטיבית של האדם. קיימות התערבויות חברתיות ופסיכולוגיות שמטרתן לצמצם את התופעה וזקיקה, אך העלות וקשיים בהיענות של מטופלים מעודדים חוקרים לחפש אלטרנטיבות אחרות. בעשור האחרון, אוקסיטוצין (Oxytocin-OT) נזיר-הורמון פרו-חברתי, משך תשומת-לב מחקרית בשל ממצאים, שהראו כי רמות נמוכות שלו קשורות למגוון בעיות בריאותיות. אוקסיטוצין יכול לקדם התנהגות ואינטראקציה חברתית במיוחד בקרב זקנים. האם יש קשר בין אוקסיטוצין ובין בדידות? ומה הקשר שלו לגיל זקנה? אתם מוזמנים למפגש שמציג מחקר ראשוני ומיוחד במינו, העשוי לתת אור חדש לחיפוש אחר פתרון לתופעת הבדידות בגיל זקנה.

יום שני 10.2.20 בשעה 19:00 בבית העם בעולש (שדרות היוגב)
מוזמנים בשמחה! הכניסה חופשית (בהרשמה מראש)

סדנת מינדפולנס

מפגשים לפיתוח מודעות קשובה

בסדנא נלמד: זיהוי הרגלים אוטומטיים מעכבים, אימוץ הרגלים מיטיבים עבורנו | נקבל כלים להתמודדות עם תחושות של לחץ, כאב, אובדן וסבל | נדייק את יכולת הקשב שלנו | נפתח חמלה עצמית וחמלה לסביבה

הסדנא מיועדת לאנשים מגיל 120-65 שמעולם לא התנסו או למדו מינדפולנס מנחת הסדנא: עינת איל, דוקטורנטית בתחום הגרונטולוגיה באונ' בר אילן,

מומחית בתפקודי קשב ומיומנויות למידה, מנחת קבוצות ומרצה במכללת תלפיות.

מועדי הסדנא: 14.2.20 - 3.4.20 | משך הסדנא: 8 מפגשים

ימי שישי בין השעות 11:30 - 10:00, במרכז קהילתי חוף חפר - כפר ויתקין

לסדנא דרושים מתנדבים למחקר שנערך באוניברסיטת בר-אילן אודות הזדקנות מוצלחת. המתנדבים יתבקשו להשיב על שני שאלונים בהפרש של שמונה שבועות האחד מהשני. תרומתכם/ תסייע לנו מאוד בקידום המחקר.

סדנת כלי ה-Office | Word+Power Point+Excel

חיזוק היכולות הבסיסיות בתוכנות ה-Office. מה נלמד:

Word | הקלדה ועיצוב טקסט, תבליטים ומספור, הוספה/ עיצוב תמונה ואובייקטים. (יצירת מסמך אישי- ברכה/ מכתב/ מתכון/ כתבה/ המלצה..)

P.P | עבודה עם שקופיות וחיבות טקסט, עיצוב רקע, הוספת תמונה ואובייקטים, הנפשות ומעברים.

Excel | הכרות עם התוכנה ושמושה, עיצוב גיליון עבודה, משוואות ופונקציות בסיסיות, סדרות, סינון ומיון, תרשימים.

ההשתתפות בסדנא מצריכה ידע בסיסי בתפעול מחשב (שימוש במקלדת, עכבר, עבודה עם חלונות ותיקיות).

ימי ראשון בין השעות 09:00 - 12:00 בין התאריכים 23.2.20 - 15.3.20

בחדר המחשבים במרכז "חופים" - רופין

6 מפגשים | מחיר: 250 ₪



פברואר 2020

שבת	ש י ש י	ח מ י ש י	רביעי
1 11:00 בגח"א בוקר שבת קלאסי			
8	7 11:00 בחוות הנוי הפנינג ט"ו בשבט	6 09:00 בעין החורש מכללת ותיקים 19:00 במכמורת הרצאה: ניהול אורח חיים בריא בגמלאות בעזרת תזונה נכונה ופעילות גופנית	5 הממשמר השרון מכון אבשלום 09:00 בקדם פתיח החיים החדשה" 10:00 בחופית עיי בשניים' בכפר ויתקין נות מתחלפות 20:00 בגח"א טרט: סיבת המוות
15 19:30 בבית יצחק קאמרי לעת ערב	14 10:00 בכפר ויתקין סדנת מינדפולנס	13 09:00 בעין החורש מכללת ותיקים	12 10:00 בחופית עיי בשניים' בכפר ויתקין עיי בחברותא בעין החורש ה הוא שירים'
22	21	20 09:00 בעין החורש מכללת ותיקים	19 10:00 בחופית עיי בשניים'
29	28	27 09:00 בעין החורש מכללת ותיקים 19:00 בכפר ידידיה הרצאה: טובעים בניידת?	26 10:00 בחופית עיי בשניים' 16 ברופין ירוחים מקוונים

אירועי ילדים



רבי	שלישי	שני	ראשון
5 17:00 בכו ספר הג'ונגל -	4	3 17:00 בחיבת ציון עציץ מתוק 18:30 בעין החורש ערב הוקרה לנוער מתנדב	2
12 17:00 מר זוטא ועץ	11	10 17:00 באחיטוב חגיגת ט"ו בשבט	9
19	18 17:00 ביד חנה יום המשפחה	17 17:00 בגן יאשיה סדנת יצירה לט"ו בשבט	16 17:00 בבית יצחק המתנה של הצב
26 17:00 בכפר הקוסם מ	25 17:00 בשושנת העמקים חברים על הגשר	24 16:30 בכפר הרא"ה ראש חודש אדר - 'ונהפוכו'	23



פברואר 2020

שבת	שישי	חמישי	ע"י
1			
8 10:30 בכפר מונאש הפנינג ט"ז בשבט	7	6 17:00 בהמעפיל טוטו וחברים 17:00 בקיבוץ מעברות הארנב ממושי	פר חגלה אגדה הודית
15	14	13 17:00 בבחן האוצר שאינו נגמר 17:00 בכפר חיים נעלי הקסם של יאיר	כאמץ התפוחים
22	21	20	
29	28	27	פר מונאש ארץ עוז

אירועי מבוגרים



	שלישי	שני	ראשון
07:00 יציאה סירור 00:00 סדנה: "תקווה" 00:00 דבי 19:30 תערוכה 00:00 הקרנת הל	4 09:00 בעין החורש מועדון טרום בכורה	3 10:00 בכפר ויתקין מועדון ארוחת הבוקר	2
00:00 דבי 20:00 רביעי 20:00 הלילה	11 07:00 יציאה ממשמר השרון סירור מכון אבשלום	10 10:00 בכפר ויתקין מועדון ארוחת הבוקר 19:00 בעולש הרצאה: בדידות ואוקסיטוצין	9
00:00 דבי	18	17 10:00 בכפר ויתקין מועדון ארוחת הבוקר 20:30 במשמר השרון קבוצת הורים בגישת אדלר	16 19:00 בכפר ויתקין הרצאה: "בואו להיות בשליטה"
00:00 דבי 00:00 סדנת ש	25	24 10:00 בכפר ויתקין מועדון ארוחת הבוקר	23 09:00 ברופין office סדנת 18:00 בקיבוץ מעברות הרצאה מכון אבשלום

האירוע המרכזי לציון
יום האישה הבינלאומי 2020
נשים בונות קהילה

ביום חמישי 5.3.20 באולם המופעים עין החורש
במעמד ראשת המועצה



צלום: אילן בשור

20:00 פתיחת דלתות
20:45 ברכת ראשת המועצה
ד"ר גלית שאול

21:00

המופע:
נשים

אורנה דץ | רותי נבון
דינה אור | ליהיא לפיד

מופע הכי נשי שיש
בידור, מוסיקה ותובנות באווירה טובה

כרטיסים באתר המועצה: www.hefer.org.il
במכירה מוקדמת: 50 ש"ח | בערב המופע: 70 ש"ח

סדנת שירותים מקוונים

מטרת הסדנא היא להכיר למשתתפיו אתרים ופעולות מקוונות שונות, שניתן לעשותם דרך המחשב או הטלפון החכם.

באמצעות הטכנולוגיה ניתן לבצע פעולות יום יומיות אשר משפרות את איכות החיים לדוגמא: קביעת תור למשרד ממשלתי / דואר / רופא, ביצוע סקר שוק - השוואת מחירים, ביטוח לאומי, קניות און ליין, חיפוש מידע מהימן ורלוונטי על זכויות שונות, תכנון ניווט מסלולים ברכב הפרטי ובתחבורה ציבורית.

ההשתתפות בסדנא מצריכה היכרות ראשונית עם המחשב והאינטרנט. כל משתתף יעבור שאלון מיון והתאמה.

ימי רביעי | מועדי הקורס: 26.2.20 - 18.3.20 בין השעות 16:00 - 19:00
בחדר המחשבים במרכז "חופים" - רופין

4 מפגשים | מחיר: 250 ₪

הרצאה: ניהול אורח חיים בריא בגמלאות בעזרת תזונה ופעילות גופנית

יצאת לפנסיה והחלטת לקחת את הבריאות והגוף שלך בידיים?

בוא/י ללמוד כיצד נכון להזין את הגוף - מה כדאי לאכול, למה וכמה.

חשיבות הוויטמינים והמינרלים כתוספי מזון - האם זה נחוץ לגוף?

השפעת הפעילות הגופנית על מצב הרוח והיכולת התפקודית שלנו

הקשר והחשיבות של הפעילות הגופנית למניעת מחלות ועוד.

יום חמישי 6.2.20 בשעה 19:00 בבית העם (המחודש) במכמורת

המרצה: יאיר קרני תזונאי, ספורטאי ומאמן לאורח חיים בריא

מוזמנים בשמחה, הכניסה חופשית!

מבוגרים

הרצאה: בואו להיות בשליטה

"ייפוי כוח מתמשך" הוא כלי משפטי חדש ומהפכני המאפשר לכל אדם בגיר (מעל גיל 18), לקבוע כיצד ועל ידי מי יטופלו ענייניו בעתיד, כאשר לא יוכל עוד לקבל או לבצע בעצמו החלטות הנוגעות לענייניו.

יום ראשון 16.2.20 בשעה 19:00 במרכז הקהילתי חוף חפר

המרצה: עורכת הדין אדר אלוני-חנן, נוטריון ומגשרת
מוזמנים בשמחה, הכניסה חופשית!

טובעים בניירת? את ההרצאה הזו אל תחמיצו!

ככל שהחיים מתקדמים הניירת מצטברת ומעיקה. ניירת בנושאי רכוש (כספים, נכסים, ביטוחים), ניירת רפואית (תוצאות בדיקות, ניתוחים, הפניות), ניירת בעלת ערך נוסטלגי / סנטימנטלי של המורשת המשפחתית. מידע חשוב טמון במסמכים אותם צריך למיין, לסדר ולארגן, אבל התהליך מרתיע ולעיתים אפילו מאיים. הרגשה מעיקה נוצרת שהניירת מצטברת ואינה מטופלת.

סדר במסמכים מביא איתו רוגע ושלוות נפש – זו המטרה!

זו הרצאת מבוא המהווה טעימה לסדנה מעשית, במסגרתה נלמד כיצד למיין את הניירת, להחליט אילו מסמכים לשמור ולכמה זמן, לארגן את הניירת הנחוצה בצורה יעילה ונוחה לשימוש.

לאה אורבך – פרונט, מומחית במשפט וביטוח

יום חמישי 27.2.20 בשעה 19:00 בבית העם כפר ידידיה | הכניסה חופשית!

סדנת הכנה כלכלית לתקופת החיים החדשה

הסדנה מיועדת לעומדים לקראת פרישה או כאלו שכבר פרשו. בסדנה יקבלו המשתתפים ידע וכלים להתנהלות כלכלית נכונה, ולמיצוי זכויות מול הגורמים הרלוונטיים (ביטוח לאומי, חברות ביטוח ופנסיה, רשויות וכו'), תוך התמודדות עם השינוי והתהליכים הרגשיים בתהליך הפרישה.

משך הסדנה: 4 מפגשים בין השעות 17:30 עד 20:30 מחיר לסדנה: 50 ₪

הסדנה תתקיים במהלך חודש מרץ במרכז הקהילתי האיזורי

ותיקים

מחלקת ותיקים 09-8981634

מכללת ותיקים - לומדים ונהנים

נפגשים בכל יום חמישי באולם עין החורש בין השעות 09:00 - 11:15
המכללה מלאה, ניתן להרשם על בסיס מקום פנוי בלבד במשרדי מחלקת ותיקים

הרצאות ינואר

תאריך	שם המרצה	נושא ההרצאה
6.2.20	ד"ר רוחמה אלבג	ציפור רבת יופי - נתן זך
13.2.20	ד"ר דורון לוריא	פרנסיסקו גויא - צייר ספרדי
20.2.20	אוריאל פיינרמן	מיין שטעטלע בעלז - גלגולו של שיר שהפך סמל העיירה היהודית
27.2.20	ד"ר רוחמה אלבג	גינת בר - מאיר שלו סופר וגנן

חוג הליכה נורדית בעמק חפר

בימי שני ורביעי בשעה 6:30 בבוקר

- כיף ♦ אימון כושר בחברותא! טיולים וצעדות.
- הרזיה ♦ שריפת קלוריות עד 40 אחוז יותר באימון
- טבע ♦ אימון כיף בחיק הטבע
- בריאות ♦ הפעלת כ- 90 אחוז מהשרירים בגוף
- חיטוב ♦ חיזוק רגליים, ידיים, גב ופלאג גוף עליון.

מחיר החוג: 120 ש"ח לחודש (יום בשבוע)

הרשמה במחלקת ותיקים: 09-8981634, 09-8973321

תיעוד סיפורי חיים | איצ'א חדש בעמק

מרכז תיעוד ומח' ותיקים מזמינים תושבים עם סיפור מעניין לתעד את החוויות שעברו במהלך תחנות מרגשות בחייהם.

התיעוד יבוצע ע"י ארכיונאי הישובים ויעלה לאתר "טרסה" (Tarasa) - באתר אוסף סיפורים של אנשי הישוב מכל הארץ על סיפורי עליה, הקמת הישוב, חוויות ילדות, סיפורי אהבה וכו'..

לפרטים והרשמה ניתן לפנות למח' ותיקים: 09-8981634 ברוריה: 052-6062192 09-8981612

ותיקים



מועדון טרום בכורה - רואים לפני כולם!

מטורפים להצלחה! שנה 12!

הרצאות מומחים מעולם התוכן של הסרט או מזוויות של ביקורת קולנועית בהנחיית מבקרי קולנוע ומנחים מתחומים שונים

החוג יתקיים בימי שלישי אחת לחודש באולם עין החורש, בתאריכים:

23.6.20 ● 26.5.20 ● 3.3.20 ● 4.2.20

סרט פברואר 4.2.20

9:00 התכנסות, קפה ומאפה

9:15 הרצאה: "אי שם מעבר לקשת" - סיפורה המופלא של ג'ודי גרלנד

הרצאתו של צביקי לויין - שחקן, במאי ומורה לחיאטרון ב"בית צבי"

9:45 << הקרנת הסרט "ג'ודי מעבר לקשת" | "JUDY"

בימוי: רופרט גולד, בריטניה 2019 118 דקות, אנגלית, תרגום בעברית

שחקנים: רנה זלווגר, ג'סי באקלי, רופוס סוויל

שלושים שנה לאחר שכבשה את העולם כדורתי מ"הקוסם מארץ עוץ" מגיעה ג'ודי גארלנד (רנה זלווגר) האגדית להופיע בלונדון. קולה אמנם נסדק אך עוצמתה הדרמטית רק הולכת וגדלה. ג'ודי נאחזת ברצון להיות בבית עם ילדיה בעודה נרדפת על ידי זכרונות ילדותה ונעוריה שאבדו בהוליווד. האם קסמה ושנינותה יסייעו בעדה להתגבר על שבירותה ולמצוא בעצמה את הכוח להמשיך? עם שיריה המוכרים, ביניהם "אי שם מעבר לקשת" הנצחי, חוגג הסרט את קולה, אהבתה וקסמה הנצחי של ג'ודי גארלנד אך גם כואב את מחיר הצלחתה של מי שהייתה ובעיני רבים עדין הינה, האמנית הבמה הגדולה בעולם.



יתכנו שינויים בתאריכי הסרטים - הודעה תימסר למנויים בלבד!

מפגש חד פעמי 60 ש" (ע"ב מקום פנוי, ללא הסעה - עדיפות לממשיכים בחוג).



סוף פברואר-מרץ 2020

חזרה אל כביש הצפון - גליל מערבי

בהדרגת ניר קינן, מדריך בכיר מכון אבשלום גבולה הצפוני של ארץ ישראל נקבע בסדרת הסכמים בין האנגלים לצרפתים במהלך מלחמת העולם הראשונה ואחריה. גבול מורכב זה ירשה לימים מדינת ישראל. בשנות ה-30 המאוחרות, במהלך המרד הערבי נסלל כביש הצפון ביוזמה בריטית ובביצוע "סולל בונה". לאורך הכביש הוצבה גדר ונבנו משטרות טיגרט ועמדות פילבוקס. במרץ 1938 עלה והתיישב מצפון לכביש הבריטי, קיבוץ חומה ומגדל - חניתה. בעקבותיו עלו ישובים נוספים ונקבעה אחיזה יהודית במרחב זה. בסיועו נבקר בחניתה תחתית ובחניתה עילית, נערוך הליכה קצרה ויפת נוף בפארק מערת קשת, נבקר בביתה של אורה חתן בישוב שתולה, נשמע את סיפור משפחתה שעלתה בראשית שנות ה-50 מכורדיסטאן, ואת סיפורו של הישוב. נסיים בישוב הערבי - נוצרי פאסטוטה בו נערוך סיור ונפגוש תושבת הכפר. דרגת קושי הטיוול: בינונית - קלה | יש להצטייד בכיסא גלריה מחיר הטיוול: 185 ש"ח לאדם | כולל: איסוף מהישובים, אירוח, ביקורים וכניסה לאתרים. ארוחת בוקר עצמאית, ארוחת צהרים כורדית - אצל אורה בשתולה. קפה, תה ומאפה - אצל רימה בפסטוטה.

להלן פירוט ההסעות לפי תאריכים ויישובים:

יום שלישי, 25.02.20

אביחיל, מכמורת, בית ינאי, חופית, בית חרות, בת חן, בית בכפר, גבעת שפירא, צוקי ים, שושנת העמקים, חבצלת השרון, כפר ויתקין.

יום שלישי, 3.3.20

חניאל, בית הלוי, כפר מונאש, אלישיב, גח"א, גח"מ, חיבת ציון, חרב לאח, כפר הרא"ה, בית חזון, גאולי תימן, כפר חוגלה, עין החורש.

יום שלישי, 10.3.20

בית יצחק, כפר ידידיה, כפר חיים, הדר עם, משמר השרון, מעברות, העוגן.

יום שלישי, 31.3.20

אחיטוב, המעפיל, אמץ, גן יאשיה, בחן, בת חפר, יד חנה, בארוחיים, עולש, בורגתה.

ההרשמה בישובים אצל הרכזים בתשלום בלבד. בשל הביקוש הצפוי - כדאי לשריין מקום בהקדם. מדיניות ביטול: 7 ימים ממועד הטיוול - 50% חיוב | 3 ימים ממועד הטיוול - חיוב מלא.

הכונן לנאום מט"ל במלון קדמא המלון החדש של ישראל בשדה בוקר!

5.5.20 - 3.5.20 | מחזור ראשון ♦ 19.5.20 - 17.5.20 | מחזור שני



מקהלת "ותיקים ושרים" פותחת שערים לאוהבי השירה

חזרות בימי ראשון בבוקר

אוה דה מאיו - מנצחת | שרון שץ - פסנתרן
הרשמה ותשלום במחלקת ותיקים

יום רביעי 26.2.20 בשעה 11:00 באולם התרבות אור עקיבא

הצגה סבטאז' | התיאטרון העברי

בככובם של: שלמה בראבא, ריטה שוקרון, יגאל עדיקא, יורם יוספסברג,
יצחק חלמיש ילד פולין מנהיג את דיירי בית האבות למרד בהנהלת המוסד,
עקב שילובה של סימה אלפסי ילידת מרוקו בטקס יום השואה.
הסוגיה הדרמתית פותחת את מעייני ההומור של הזיכרון הלאומי ומעניקה מבט
מרגש ומצחיק על חיינו המשותפים בארץ הזאת.

מחיר: 100 ש"ח - כולל הסעה, קפה ומאפה | הרשמה בתשלום אצל רכזי הישובים



מבלים עם סבתא וסבא בחופשת פסח 2020

'בוקר מההגדה'

תערוצים - אמנות - סביבה - קיימות

שריינו את התאריכים:

1.4.20 | יום רביעי

5.4.20 | יום ראשון

6.4.20 | יום שני



מגיל 5 ועד 120 | הרשמה בקרוב אצל רכזי הותיקים ביישובים



מועדון ארוחת הבוקר

מפגש חברתי שבועי הכולל ארוחת בוקר
ושלל פעילויות מגוונות, מעשירות ומהנות.
בואו לפתוח את הבוקר ביחד!

ימי שני | 10:00 ארוחת בוקר | 10:30 הרצאה

■ 3.2.20 | גבירתי הנאוה בהליווד - הסרט אישה יפה

העלילה מתרחשת בהליווד, "ארץ החלומות והאפשרויות", ומבוססת על הנרטיב של המחזמר גבירתי הנאוה. אדוארד, גבר עשיר ומפורסם, אך נכה רגשית, לוקח תחת חסותו את ויוויאן, צעירה יפה, חסרת השכלה המתפרנסת מזנות. הם יוצאים למסע משותף בו הוא מקנה לה מעמד ויכולת והיא מלמדת אותו, כי אהבה היא הדבר החשוב בחיי אדם באשר הוא. מנחה: עמי רוניס חבר קיבוץ נען ומרצה על מסעות רגשיים של גיבורי תרבות

■ 10.2.20 | מסע לתוכני ההימלאיה הודית וממלכת לראק

סיפור מסע עם גמלאים החוצה את רכס ההרים הגבוה בעולם. איך ניתן לחצות את ההרים, גם אם איננו מטפסים מדופלמים? מי חי באזורים בהם תנאי האקלים כה קשים והחמצן דליל ואיך עושים זאת? למה נשות ספיטי מתחתנות עם מספר אחים? למה ריכוז המנזרים הטיבטים הגדול בעולם נמצא דווקא בהודו? מנחה: נועם בן משה - אקולוג ומרצה איילה גיאורפית

■ 17.2.20 | מחנכים ששינו עולם

על מפגשים עם אנשים ועל הטוב שבאדם, דרך החינוך. נשוחח על יאנוש קורצ'אק, א.ד. גורדון, מהטמה גנדי ועוד מחנכים ששינו את העולם ונגעו בנפשם של רבים ובנפשנו עד היום. מנחה: ארז לבקוביץ איש חינוך המאמין ומלמד על ה"טוב שבאדם".

■ 24.2.20 | מסע לאורך הרכבת הטננס סיבירית

קו הרכבת הארוך בעולם 9,289 ק"מ חוצה שמונה אזורי זמן, מספר את סיפורה של רוסיה המדינה הגדולה בעולם ומחבר בין שתי המעצמות האסיתיות הגדולות - רוסיה וסין. נצא למסע בעקבות ההתפשטות הרוסית לאסיה לפני כ-400 שנה וניפגש עם סיפורי קוזאקים וכוזרים, שרידים של מתנות ריכוז, טיול בין נזירים בודהיסטים ורועים מונגולים. מרחבים שלא נגמרים ומפגשים אנושיים מרתקים. יש האומרים שזאת נסיעת הרכבת הרומנטית בעולם... מנחה: נסיה שכטר, מרצה בבית הספר לתיירות באוניברסיטת חיפה מוריכת טיולים מוסמכת בחברות גיאוגרפיות

מחיר מפגש: 40 ש"ח | כרטיסייה ל-10 מפגשים 300 ש"ח

ותיקים

בת חפר 09-8788376

מועדון +60 | חודש פברואר

● ימי ראשון

- 2.2.20 | 19:00 < מפגש חברתי - סיפור אישי
- 9.2.20 | 18:00 < מפגש עם בנוח "בית עלמה" לפעילות ט"ו בשבט.
- 19:00 < מפגש חברתי חגיגי
- 16.2.20 | 19:00 < הרצאתו של רפי דהן - "מנהיגות חינוכית ישראלית"
- 23.2.20 | 19:00 < מפגש חברתי - סיפור אישי

● ימי שני

- 10:00 | יוגה למבוגרים.
 - 16:00 | משחקי קלפים ואחרים.
 - שלישי, 4.2.20 | 17:30 | מפגש עם מדריכי הצופים
 - ימי חמישי | 16:00 | משחקי קלפים ואחרים.
 - ימי שישי | 16:00 | קבלת שבת "מלווה מלכה".
- עד להודעה חדשה אין יוגה בימי ו'

חברת התרבות והפעילויות
המרכז הקהילתי
האזורי

פרסום בחוברת: dafna@hefer.org.il או חייגו: 09-8973320

מקדח
מחנה חנוך

לא פה פה פה, בגו

מופע מיוחד במלאת 50 שנה למותו של נתן אלתרמן
ו-110 שנים להולדתו

סיפור חייו, אהבותיו, יחסיו עם בתו תרצה אתר - שגם את שיריה
ואת סיפורה נפגוש במופע, ואמירותיו הפוליטיות והחברתיות
שאינן אקטואליות מהן, במיוחד היום.

במעמד ראשת המועצה, ד"ר גלית שאול

רביעי | 12.2.20 | 20:00 | אולם המופעים עין החורש

עורך ומספר: ד"ר מוטי זעירא | שירה: מיטל טרבלסי | נגינה: תומר קלינג
כרטיסים: 09-8973332 | מחיר: 80 ₪ ברכישה מוקדמת | 100 ₪ בערב המופע



ט"ו שבט

חגיגה לכל המשפחה בחוות הנוי

- * יצירה ומשחק בטבע
- * סיורים חווייתיים בחווה
- * שתילים ונטיעות
- * סדנאות אתגריות עם מטפסי/מטפלי עצים
- * הרצאות בנושאי גינון וקיימות
- * מקהלת העירוני בטקס ט"ו בשבט וקבלת שבת
- * מעגל הבריאה - מופע מחול בטבע
- * מאת איריס נייס
- * בית קפה קהילתי, מרק חם.
- * בשיתוף עמותת אילנאי ישראל

שישי, יב' שבט, 7.2.20
בין השעות 11:00-15:00
(במידה וירד גשם האירוע
ידחה ליום שישי 14.2.20)
תרומה מומלצת:
10 ש"ח לילד, 30 ש"ח למבוגר





מועצה אזורית עמק חפר | מרכז קהילתי אזורי- אגף קהילה וישובים

מועצה אזורית
עמק חפר
מקום שנותן מקום



יום שישי **20.3.2020** ני"ז ואזרז"ק תש"ף

צעדת עמק חפר 2020

בסימן **90** שנים להתיישבות בעמק חפר

והפעם:

מזרחית לקיבוץ עין החורש

זינוק: 07:00 - 09:00
חנייה בקיבוץ עין החורש

ילדי כיתות ד' - ו' יצעדו במסגרת בית ספרית ויוסעו ישירות מבתי הספר לצעדה | מומלץ להצטייד בכובע ובמים במהלך הצעדה יופעלו תחנות הפעלה והסברה בסימן 90 שנים להתיישבות בעמק | האירוע מאובטח על ידי כוחות ביטחון והצלה

פרטים ומידע:

אגף קהילה וישובים 09-8981635/28, במוקד המועצה 9875 *
באתר המועצה WWW.HEFER.ORG.IL ובאפליקציית המועצה

שימו לב: במקרה של גשם הצעדה תדחה ליום שישי, 27.3.2020



צילום: ליאון ארני

צילום: חיים קורני, 1942, 1943

