

תרבות ילדים

יום שני 27.1.20 בשעה 17:00 במועדון משמר השרון
שעת סיפור: 'מיץ פטל' | מעין לוין הלל
מחיר: 25 ₪

ביום שלישי 28.1.20 בשעה 17:00 בבית העם ביד חנה
העיר המזמרת' | תאטרון הקרון
מחיר: 25 ₪

יום חמישי 30.1.20 בשעה 17:00 בבית העם המחודש במכמורת
הצגה: עליסה בארץ הפלאות | צחוקלה תיאטרון לילדים
מחיר: 25 ₪ | לגילאי 3 עד 6



ביום רביעי 29.1.20 בשעה 18:00 באולם הספורט בקדם
הרצאה של אורי ששון
להיות אלוף אולימפי זו דרך חיים,
גם אם צריך להעלות עשרות קילוגרמים
כדי להגיע לאולימפיאדה ולהתחרות במגרש של הגדולים,
בשביל לחזור הביתה עם תקווה בלב
ומדליה ביד שריגשה את העם.

האימונים, התזונה, האתגר הפסיכולוגי והלחצים התמידיים,
התחרויות, הניצחונות והכישלונות שמובילים אותו ליעד הבא
באולימפיאדת טוקיו 2020
*מתאים לילדים מכיתה ד' ולמבוגרים.
פתוח לכולם ומותנה בהרשמה מראש
sigale@hefer.org.il | 09-9747230





אירועי השבוע במרכז הקהילתי

אגף קהילה וישובים



"אמא מאמנת"

חמישי | 23.1.20 | 20:30

בית העם, הדר עם

האמא שאת רוצה להיות,
לא נעלמה לשום מקום.

אם את מרגישה לפעמים שעבר עוד יום שבו תכננת לנהוג אחרת, לא לצעוק, להישאר סבלנית, תכננת לא להעניש או לאיים, לא להתעבון, אבל שוב איבודת שליטה, שוב את הולכת לישון מתוסכלת, שוב את מוצפת רגשות אשמה, ושוב עבר עוד יום שבו את מרגישה שהתרחקת מהאמא שאת רוצה להיות, ההרצאה הזו היא בשבילך.

מחיר במכירה מוקדמת: 40 ש"ח / בערב ההרצאה: 50 ש"ח

כרטיסים באתר המועצה: www.hefer.org.il



סדנת הכנה כלכלית לתקופת החיים החדשה

ימי ראשון בין השעות 17:30 עד 20:30 | חדר חוגים, מרכז קהילתי

שלוחת קדם | תאריך פתיחה: 26.1.20

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.

מחיר: 50 ₪ | משך הסדנה: 4 מפגשים

להרשמה: 09-9740994 , 09-9557113 , 09-8981589



מכון אבשלום | "קוקטייל ארץ ישראלי"

ביום ראשון 26.1.20 בשעה 18:00 במועדון לחבר קיבוץ מעברות

הרצאה מס' 3: "חלוצים בעל כורחם" מרצה: ד"ר אהרליה כהן

מחיר: 70 ₪

לפרטים והרשמה: אושרית מסורי

oshritm@hefer.org.il | 09-8981565

מועדון ארוחת הבוקר במרכז הקהילתי חוף חפר

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

בראי הקולנוע: נשים משנות עולם | סדרה בת 2 מפגשים

27.1.20 | האישה, כלי או מהות - הסרט "ינטלי"

מחיר מפגש: 40 ₪ | כרטיסייה ל- 10 מפגשים: 300 ₪





רביעי בשניים- בוקר להורים ותינוקות בחופשת לידה

ימי רביעי | 10:00 | י'לב חופית' | 30 ש"ח

29.1.20 | ניצן סולומון-

פיזיותרפיסטית לשיקום רצפת האגן.

חיזוק ושיקום הגוף לאחר לידה.

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

יום רביעי 29.1.20 בשעה 18:30 במרכז הקהילתי חוף חפר

סדנת אמנות ויצירה בפרחים מיובשים להורה ולילד

בהדרכת פניקס ועדן

ניצור יחד כרטיסי ברכה וסימניה מעוצבת עם דוגמאות ודמויות

מפרחים ואיורים.

משך הסדנה: שעתיים

מחיר הסדנה כולל כל החומרים ליחיד: 160 ש"ח | להורה וילד: 260 ש"ח

הרשמה מראש במייל eden@gmail.com ו nadi@hhcc.co.il

רביעי | 29.1.20 | ג' בשבט | 20:30 בחדר האוכל בעין החורש

ראש חודש שבט "באור הזרוע"

ערב השקה לספרו החדש של מוקי צור

מה בין פרקי אבות לקורותיהם של החלוצים?

מוזיקה: טל פרנקל, טל כהן, אלון רמג'

ולירון בן פורתן מחיר: 35 ש"ח



לא פלא פלאים, גו'

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 שאין
אקטואליות מהן, במיוחד היום.

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 ש"ח ברכישה מוקדמת | 100 ש"ח בערב המופע