



# מרכז קהילתי חוף חפר



יום של דרור לגוף ונפש

19:00 – 16:00-שישי-2.10.15



אלי וג'ורא אלוני ומרכז קהילתי חוף חפר  
מזמינים אתכם לאירוע השנתי



"יום של דרור" לגוף ולנפש

יום ששי, 2 לאוקטובר בבית חרות  
בשעות 16:00 עד 19:00

16:00 - התכנסות

16:30 - הרצאה - הגיון ורגש בקבלת החלטות  
פרופ' יוסי יסעור - מרצה לתורת ההחלטות,  
המרכז האקדמי רופין

17:15 - שתי סדנאות מקבילות לבחירה:

מדיטציה - בהנחיית ד"ר נעמה אושרי תלמידה ומורה בדרך הזן  
צ'י גונג - בהנחיית נטלי ברמן, מורה ומטפלת צ'י גונג

17:45 - טקס קצו לדרור



18:00 - יוני רכטר  
בהופעה קצרה

בליווי יעל צבי ואהרונ בן ארי

הציבור מוזמן. הכניסה חופשית.



## תערוכות מתחלפות-



מרכז קהילתי חוף חפר שמח להזמין אתכם  
לפתיחת תערוכת ציורי השמן של האמן  
דני ויינשטוק מכפר ויתקין .

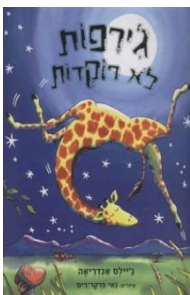
ערב פתיחה-יום ב' -12.10 בשעה 19:30

\*\*התערוכה הבאה - ברכה פלג- ציורי שמן, פיסול רך  
ורקמה יצירתית- פתיחה יום ד'- 11.11 בשעה 19:30

## ילדים -

"ג'ירפות לא רוקדות"- תיאטרון סיפור על פי ספרה של ג'ילס אנדריאה.

מאת- פטל הפקות. לגילאי 3-6. מחיר 25 ₪. במועדון בגבעת שפירא



## חדשות הנוער-

יום הפעולות הראשון וטקס פתיחת שנה יתקיים בתאריך- 6.10.15- נקבל את החניכים החדשים של כיתה ד', נערוך טקס אש, נכיר את המדריכים החדשים ונקיים מסכת קצרה

בתכנית: 17:00 הפעלות – "חפש את המדריך"



## נוער

### סדנה לעריכת תוכן מגזיני לרדיו וטלוויזיה.

מנחה: שרון קנטור ("רד בנד")

מהי עריכת תוכן? מהם התפקידים השונים "מאחורי הקלעים"? - המפיק, העורך, התחקירן, המגיש. מהו "ליין אפ", "תחקיר", "אייטם" ועוד.

בסדנא נאזין ונצפה בתכניות שונות וננתח את ה"ליין-אפ" שלהן ואת הרציונל שמאחוריהן. נלמד מהו "ראיון" טוב, על ההבדלים בין סגנונות הראיון. נערוך ראיונות "חיים" בסגנונות שונים בין חברי הקבוצה. נעמוד על חשיבותו של התחקיר המקדים.

נלמד מהי כתבה מוקלטת מראש, ומה ההבדל בינה לבין ראיון "חי". נרכיב ביחד "ליין אפ" לתכנית וגם נבצע אותה.

שרון קנטור - תסריטאית ("רד בנד"), מוסיקאית ("The Girls"), מרצה לתקשורת (המרכז הבינתחומי). מזה כ-20 שנה מלווה את הסנה המוסיקלית בישראל כממאית וגיטריסטית.

הסדנה בת ארבעה מפגשים בני שעתיים כל אחד.

ימי שני 18:30 - 20:30 במרכז הקהילתי

בתאריכים: 2.11, 9.11, 16.11, 23.11

מחיר סדנא: 500 ש"ח, לגילאי 16 ומעלה.



19:30- טקס חגיגי, אליו הציבור מוזמן ובפרט הורי כיתה ד' וחניכי הגוש.

חג המעלות האזורי מיועד לכל חניכי התנועה. יתקיים ב 24.10 תאריכי הרשמה יפורסמו בהמשך....

### סדנה לנוער- עריכת תוכן מגזיני לרדיו וטלוויזיה בהנחיית שרון קנטור ("רד בנד")

מגיל 16 ומעלה. הסדנה בת ארבעה מפגשים בני

שעתיים כל אחד. ימי שני 18:30 - 20:30. תאריכי מפגש-

2.11 / 9.11 / 16.11 / 23.11. מחיר סדנא-500 ₪

לאור הביקוש מחייב הרשמה מראש, במרכז הקהילתי 09-8664306.

## מרק בחברותא

## המסע לקווקז הפראי

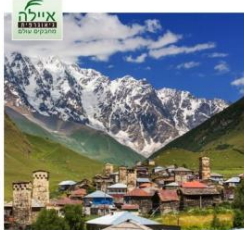
יום רביעי 7.10.15 בשעה 20:00 במרכז הקהילתי

כניסה: 30 ₪



### מסע לקווקז הפראי

עם נועם בן משה אקולוג, טייל מושבע ומדריך בכיר באיילה גיאוגרפית



נועם בן משה מראשוני המטיילים בחבל הסובטי בגאורגיה אשר יצא אל הפסגות הגבוהות בהרי הקווקז, עם תבויים כפרים שבהם הזמן כמו קפא בימי הביניים. הסוואגורים מדברים שפה הנשמעת כמו נהימות ומובנת רק להם, ושמים נודע כבדלנים וחוטפים שמעולם לא ויתרו על עצמאותם.

מדוע נבנו גורדי שחקים בכפרים נידחים? למה בכל מקום מוכרים גורות שרופות? ומדוע הניאורנים חשים חובה גדולה ליהודים ולישראלים?

לא אומיאל! אמש מקרן

שימו לב לסינוי המקום

מחיר כניסה - 30 ש"ח  
אתר חוף חפר: www.hhec.co.il מילי: info@hhec.co.il  
טלפון מרכז קהילתי - 09-8664306



# אביעד קיסוס "זה רק בצל"

08/10/2015, חמישי בשעה 20:30  
מרכז קהילתי חוף חפר

ערב מיוחד עבור מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית-השרון.  
כניסה - 50 ₪ (תרומה למרכז סיוע השרון) תשלום בערב הארוע



מופע יחיד  
ומיוחד-  
אביעד  
קיסוס "זה  
רק בצל"

חמישי  
8.10.15 בשעה  
20:30 במרכז  
הקהילתי

קרטיס - 50 ₪ (תרומה למרכז סיוע לנפגעות תקיפה מינית בשרון)  
התשלום בערב האירוע בלבד.

לאחר החום הכבד שמחים לפתוח את עונת "קלבת שבת" המסורתית

שישי 9.10 החל מ-12:00 בחצר הקהילתית שלנו

**קְלַבַּת שַׁבַּת**

9.10.15 יום שישי 12:00 - 15:00

מוסיקה, בירה, אימונזה וחברות.

נפגשים מיד אחרי בית ספר בחצר הקהילתית חוף חפר

**הכניסה חופשית**

\*דוכנים בתשלום: מזון, "זויבערס" ועוד...

לא להחמיץ!!!

**GUNS & ROSES TRIBUTE BAND**

**15.10.15 חמישי בשעה 21:00**

**בדשא הגדול במכמורת**

בר שתייה בתשלום | קרטיס במכירה מוקדמת 30 ₪ | בערב האירוע 40 ₪ באתר המרכז הקהילתי

פרטים והרשמה במזכירות המרכז הקהילתי ובאתר [www.hhec.co.il](http://www.hhec.co.il)

GUNS & ROSES  
TRIBUTE

לא להחמיץ!!!

מכירת הכרטיסים

בעיצומה



## חדש במרכז הקהילתי -



### **באנו חושך לגרש**

**מצלמים רגעי אור בחיים**

**4 ימי שלישי, החל מיום 20.10.15 בשעה 19:30**

"באנו חושך לגרש" היא פעילות קהילתית ייחודית במהלכה נעבור תהליך חווייתי של משמעות האור בחיים שלנו. נעסוק במפגש שבין חושך לאור, הן במישור האישי והן במישור החברתי. נשים, גברים, צעירים וותיקים מוזמנים להצטרף ל 4 מפגשים בהם נתוודע ונצלם רגעי אור בחיים שלנו שסייעו לנו 'לגרש את החושך'. סופה של הפעילות - הצגת הצילומים הנבחרים בתערוכת רחוב קבוצתית. התערוכה תוצג ב'גלריית הרחוב' בחג החנוכה. את הפרויקט מובילות נעמי גורדון חן-יזמית חברתית ויעל מרגלית- מלווה תהליכי יצירה.

כל אחד יכול להשתתף - אין צורך בניסיון בצילום.

דמי השתתפות - 150 ש"ח כולל הדפסת העבודות לתערוכה.

מידע נוסף אצל נעמי בטל: 052-4800494. יש להירשם מראש במרכז הקהילתי טל: 09-8664306

## חדש בחוגים-



חוג TRX לנשים בניהול הסטודיו של שרית. אימון TRX מבוסס על רצועות כושר מיוחדות המאפשרות לבצע תרגילים מורכבים ולשפר את כל מרכיבי הכושר הגופני תוך עבודה על כל שרירי הגוף. הפעילות, הנעשית באמצעות רצועות הכושר התלויות, מאתגרת את כל שרירי הגוף תוך שימוש תמידי בשרירי הליבה (CORE). אימון זה נחשב לאימון הפונקציונאלי החדשני ביותר ייחודו של האימון בכך שניתן להשיג תוצאות מהירות בזמן קצר - חיטוב הגוף, הקואורדינציה העצבית ושיווי משקל. פעמיים בשבוע 195 ש"ח לחודש.

שיעור הכרות חינם. ימי שני וחמישי ב-20:00 בבית הפיס-כפר-ויתקין.

### חוג אנגלית מדוברת למבוגרים

לכל מי שרוצה לשפר את רמת השיחה באנגלית ויש לו/לה ידע בסיסי בשפה. עשרה מפגשים מידי יום חמישי בין 20:00-21:00 במתנ"ס חוף חפר.

מנחה – אלי אלוני. מפגש ראשון – 15.10.15. 160 ש"ח לחודש