



**דברים טובים
לגמלאים**
קרית ביאליק

ינואר-יוני 2023

מוקד מידע למיצוי זכויות אזרחים ותיקים

נשים מגיל 62
גברים מגיל 67
וניצולי שואה

***8840**

המשרד לשוויון חברתי
המוקד לאזרחים ותיקים

פקס: 02-6547049
דואר אלקטרוני: ezrach.vatik@mse.gov.il

דבר מנהלת "דברים טובים לגמלאים"

גמלאית/יקרה

עם צאתך לגמלאות, אנו מאחלים לך הנאה ובריאות טובה. המועדון "דברים טובים לגמלאים" קריית באליק משמש כמקום מפגש חברתי ותרבותי אשר מציע הרצאות, טיולים ואירועי תרבות. אנו עומדים לרשותך בכל עת ומחכים לראותך בכל הפעילויות שלנו.

שעות קבלת קהל:

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00
יד לבנים, רחוב אפרים 28, 04-8707230
מייל gimlaim@qbialik.org.il

איתכם ולמענכם כל הדרך
נאווה מורד

מנהלת "דברים טובים לגמלאים"



מועדון ההטבות לגמלאי קריית ביאליק

שם העסק	כתובת	הנחה	טלפון
חומוס גלעד - חמוסיה ישראלית	ויצמן 24, קריית ביאליק	10% הנחה	053-2779597
לחם ארז - קריית ביאליק	קרן היסוד 1	10% הנחה	054-2062062
שלה בית קפה ומסעדה	יששכר 15, קריית מוצקין מתחם הרכבת	10% הנחה	04-8711411
קונדיטורייט אוטומז'ין (תלמה)	ויצמן 24, קריית ביאליק	7% הנחה	052-4442230
מאפיית שילת	דרך עכו 140, מרכז צבר	5% הנחה	04-8733182
הבייגלה של סבא מרקו	העצמאות 12 קריית אתא	5% תפריט אוכל 10% בייגלה	04-8450850
אטליז טיב הבשר	דרך עכו 140, מרכז צבר	5% הנחה	04-8713040
סטיקייט טיב הבשר	דרך עכו 140, מרכז צבר	10% על ארוחה	04-8702220
בית התבלין	קרן היסוד 64	10% הנחה בקנייה מעל 50 ש"ח	04-6229904
MEDIFOOT אורטופדיה	זינגר 2	10% הנחה	054-5244222
פונוקול מכשירי שמיעה	שד' ירושלים 15	5% הנחה	04-8412122
אופטיקה הזורע (ענת)	קרן היסוד 12	50% על עדשות מולטיפוקל rodenstock	04-8734477
בית בריא חנות טבע	קרן היסוד 22	5% הנחה	04-6827575
בית מרקחת היסוד	קרן היסוד 73	10% הנחה מלבד תרופות מרשם	04-8766185
דבי פרחים (יפעת)	שקדים 4	10% הנחה בקניה מעל 120 ₪ 5% הנחה על כל המוצרים בחנות	04-8766181
עמית ארבל סוכנות	שד' ההסתדרות 78	10% הנחה	04-8805400
משתלת ביאליק	החקלאים 1, כפר ביאליק	10% הנחה	052-2662734
מרים ולסלי ביטוחים	דרך עכו	מגוון הנחות	04-8700317
נאות מחשבים	קרן היסוד 30	5% הנחה	04-8712285
מרפאת שיניים דר' זידאן	קרן היסוד 68	15% הנחה	07-22363121

מועדון ההטבות לגמלאי קריית ביאליק

שם העסק	כתובת	הנחה	טלפון
עיצוב שיער ירדנה נודלמן	שבטי ישראל 8	10% הנחה	07-22363121
מספרת מור לגברים	קרן היסוד 74	20% הנחה	054-9983315
מספרת ביוטי רונית	השקדים 2	10% הנחה, מתנה בקנייה מעל 300 ש"ח	04-8765310
עולם של חרוזים	קרן היסוד 75	10% הנחה על כל מוצרי החנות	04-6891059
סופר סטוק	דרך עכו 140, מרכז צבר	5% הנחה	053-5773131
בנק לאומי	קרן היסוד 64	ייעוץ פיננסי חינם הטבות מיוחדות	076-8671910
מובייל סולושנס	קרן היסוד 74	15% אביזרים 10% תיקונים 5% מכשירים סלולרים	04-8405008
הנדימן תיקונצ'יק – עופר		10% הנחה על כל סוגי התיקונים בבית ובמשרד	052-2614614
טי וי פוינט - מרכז לכורסאות טלוויזיה	קניון לב המפרץ קומה ג'	10% הנחה על כל החנות, 5% הנחה על מוצרים שבמבצע	04-8416365
רינת ברזילי עיסוי רפואי	שמעון 8	10% הנחה	054-6260390
קוסמטיקאית מקצועית רונית מלץ	מוטה גור 6 נווה גנים	10% הנחה	050-3456345
סיטי ספורט בע"מ	האשגל 22, צ'ק פוסט	15% הנחה ללא כפל מבצעים	04-8411010
שובל שוק בקריות	קרן היסוד	5% הנחה	04-8740055
המזרונאי עולם השינה	דרך עכו 165, קריית מוצקין	בקניית מיטה או מזרן, מתנה מגן מזרן וזוג כריות	04-8759891
בית קפה	אוישסקין 30 קריית מוצקין	10% הנחה	054-6860415
פריטורס בע"מ - תיירות פנים		5% הנחה (לא כולל טיסות)	04-8493311

*ההטבות מפורסמות הינן על אחריות בתי העסק בלבד ולמועדון אין אחריות.

*כנגד הצגת כרטיס חבר מועדון.

*ט.ל.ח

נוהלי הרשמה

גמלאים יקרים - למען הסדר הטוב אנא קראו עמוד זה

הליכי הרישום:

- כדי לזרז את תהליך הרישום אנא הצטיידו ב: תעודת זהות/ דרכון / אמצעי תשלום כפי שמופיע בפרסום.
- מקומות הישיבה הראשונים באוטובוס מיועדים למדריך+מלווה הקבוצה ולבעלי תעודת נכה.
- אין מקומות שמורים באוטובוס.
- טיולים ונופשים בארץ – ביטולים לאחר התאריך הקובע יתקבלו רק בצירוף אישור רפואי המצדיק ביטול הנסיעה.
- תנאי הביטול מופיעים בעמוד הפרסום של כל טיול – בהתאם למדיניות החברה (טיולים בארץ ובחו"ל).
- בהרשמתכם אתם מביעים את הסכמתכם לתנאי הנסיעות של המועדון ומצהירים כי מצב בריאותכם וכושרכם הגופני מתאימים לטיול, כפי שנמסר לכם בעת ההרשמה.
- ט.ל.ח.

שעות פעילות המועדון:

ימים א', ג', ד' | בין השעות 10:00-13:00

טלפון – 04-8707230



חוגים - בית יד לבנים

ברידג' למתחילים

ימי שישי | 10:00-11:00

בהדרכת אהרון חדש, מורה מוסמך
מטעם ההתאגדות הישראלית לברידג'

ברידג' למתקדמים

ימי ראשון | 9:00-13:00 (שתי קבוצות)

בהדרכת אהרון חדש, מורה מוסמך
מטעם ההתאגדות הישראלית לברידג'

מקהלת "הקול הפתוח"

ימי שני | 18:45-20:45

מבחן קבלה חובה
לפרטים והרשמה:
אבי - 0508677707

סדנאות במסגרת פנאי לגמלאי

ימי שלישי | 10:00-12:00

מירי קלמפנר - מרכזת פנאי לגמלאי
052-2617140

שיעורי התעמלות

יום ראשון

8:30 - פילאטיס

9:15 - עיצוב וחיטוב

17:20 - אימון כוח

18:05 - עיצוב וחיטוב

19:15 - אימון זוגי (מעורב)

ימי שני

18:00 - עיצוב וחיטוב

19:00 - עיצוב דינמי

20:00 - עיצוב וחיטוב

יום רביעי

9:00 - עיצוב וחיטוב

10:00 - אימון לגיל השלישי

ימי חמישי

17:30 - עיצוב וחיטוב

18:30 - תחנות/Tabata

19:15 - עיצוב וחיטוב

יום שישי

08:30 - עיצוב וחיטוב

9:15 - איזון (שיזוי משקל ומתיחות)

בהדרכת שמרית קרמר בוטושיניאנו
לתיאום: 054-5557498

פרטים במשרד בית יד לבנים, רח' אפרים 28, קריית ביאליק 04-8707230

ייתכנו שינויים.

יד לבנים

מועדון בוקר תרבות



ינואר-יוני 2023
ימי חמישי החל מ-10:00

אילנה מידן | תרבויות עתיקות ושמורות טבע במרומי האנדים.

19.01.23

שלמה פיליבה | משושן הבירה לטהרן, בירת אירן של ימינו. ממצאים הקושרים את גיבורי המגילה לתולדות פרס העתיקה, שרידי האימפריה הפרסית וביקור בטהרן המודרנית תחת משטר האיתולות, מנהגים, מופעים וחגיגות באירן של ימינו.

23.02.23

בני גפיר - חיים בריאים | "איך אנחנו צריכים ויכולים לשמור עצמנו בכל גיל ובעיקר בגיל שאנחנו גמלאים".

16.03.23

אבנר לנדאו | הוצאת הספינה בת 2400 שנה מחופי מעגן מיכאל, בנייתה מחדש ושייט איתה למרחבי ים תיכון.

20.04.23

לירון חאיק-מעוז | איך שוברים חומות של דעות קדומות וכיצד פושטים מעלינו את גלימת ה"לא נעים לי".

18.05.23

נתי גולדברג | הסיפור של בית המלוכה הבריטי - היסטוריה, פיקנטריה ואקטואליה.

22.06.23

עלות 20 ₪ | תשלום במקום (נודה על הבאת הסכום במדויק)
לפרטים: בית "יד לבנים", 04-8707230, רח' אפרים 28, קריית ביאליק

ייתכנו שינויים!

גימלאי אדה באילת

ספיישל המיטב 2023

ימי ראשון-רביעי | 15-18.1.23

מלון לגונה - הכל כלול / מלון המלך שלמה - חצי פנסיון



בהשתתפות:

ריקי גל | אנסמבל גלעד | העיתונאי רוני קובן | להקת שלוהו | דביר בנדק | גיל שוחט מארח את נורית גלרון
אירוע סיום בפארק תמנע - הסיקסטטז בלהיטי שנות ה-60 וה-70

עלות למבוגר שלישי בחדר	עלות ליחיד בחדר זוגי	עלות לאדם בחדר זוגי	מלון
1,680 ₪	2,840 ₪	1,910 ₪	מלון המלך שלמה חצי פנסיון
1,580 ₪	2,630 ₪	1,795 ₪	מלון לגונה הכל כלול

המחיר כולל:

- כניסות להופעות ותכנים ע"פ תוכנית המצורפת
- כיבוד בערבים
- אוטובוס הלך וחזור מקריית ביאליק, יד לבנים

* התוכנית נתונה לשינויים | האירוח עפ"י הוראות משרד הבריאות

דמי ביטול:

- עד שבוע לפני היציאה - 100 ש"ח לנרשם.
- שבוע מיום היציאה - דמי ביטול של לילה.
- עד 48 לפני היציאה - דמי ביטול 50%.
- ביטול ביום היציאה - דמי ביטול מלאים.

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

מסע בעקבות עפרה חזה

וביקור בגן הטרופי

יום רביעי | 08.02.23



תוכנית הטיול:

07:30 – יציאה מקריית ביאליק.

09:00 – נפגוש בתל אביב את המדריכה.

• תחילת הסיור בגן הטרופי בגני יהשוע: צמחים טרופיים, שבילי הליכה, בריכות מים לדגים, לעופות ולצמחי מים. מרבית צמחי הגן הגיעו מאזורים טרופיים, המאופיינים בטמפרטורה ובלחות גבוהות וקבועות כל ימות השנה.

תנאי גידול אלה מאפשרים התפתחות יער רב שכבתי, צפוף ועשיר במיני צמחים ובו עצים גבוהים ירוקי עד, עצים נמוכים, שיחים, מטפסים ואפיפיטים (צמחים הגדלים על גזעים או ענפים של צמחים אחרים אך אינם טפילים ואינם ניזונים מהם).

• עפרה חזה נולדה בשכונת התקווה בתל אביב, וכבר בהיותה בבית ספר יסודי שובצה לתפקיד הסולנית במקהלת בית הספר. במהלך שנות הקריירה המוזיקלית שלה פעלה בז'אנרים הפופ, נשמה, אתני וזמר עברי. שיא הפופולריות שלה נרשם בשנות ה-80 של המאה הקודמת. מעבר להיותה זמרת מצליחה, הפכה עפרה חזה לסמל לאומי ולמושא הערצה של קהילות רבות שראו בה דוגמה לישראליות המושלמת.

נצא למסע בתחנות חייה בשכונת התקווה הססגונית והתוססת. נסייר במסלול ילדותה בין בית הספר היסודי, בית הוריה, נדבר על הסרטים, הלהיטים. במהלך המסע נצא לסיור עם ניחוחות של תקווה בתוך פסיפס הטעמים של עדות במסע המשלב טעמות של אוכל, ריחות, טעמים והיסטוריה, סיפורים מרתקים על גיבורי השכונה, מפיוט של ערב שבת ועד לנסיכה עופרה חזה. סיור חם עם טעמות של פעם נאחזו נתחיל במאפה הטרורי, כעכים כורדים מעדניה עיראקית גבינות וחמוצים, משם לקובות במוסד מקומי בלב השוק.



מחיר לגמלאי 69 ₪, מחיר נלווה 99 ₪, מחיר מלא 170 ₪ + 10 שח טיפ למדריך ולנהג

* ייתכנו שינויים במסלולים ו/או ביטולים עקב מזג האוויר ו/או אילוצים שונים.

* הטיול מיועד לגמלאי הרשויות המקומיות והמוסדות להשכלה גבוהה המחזיקים בכרטיס "שלך לגמלאי"

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

מועדון "דברים טובים לגמלאים"

עיבוד וכימוי
גדי צדקה

מאת

איזו ליבוביץ



בגלל אני פה אישתי



תיאטרון הצפון | מוצ"ש 11.2.23 | בשעה 21:00

מחיר מיוחד 65₪ לאחר סיבסוד במקום 180₪



רכישת כרטיסים ראשון, שלישי ורביעי

בין השעות 10:00-13:00

ביד לבנים קרית ביאליק

החל מהתאריך 22.1.2023

מועדון "דברים טובים לגמלאים"



היכל התיאטרון במוצקין

22.23

מועדון דברים טובים

חדש!



חלום בשם צבוקה פיק

מחזמר המבוסס על שיריו של

צבוקה פיק

בבימויו של **צדי צרפתי**

מאת: דן אלמגור וסטיבן דקסטר | עפ"י סיפור מאת: מירית שם-אור
עיבוד: שלומי מוסקוביץ | ניהול מוזיקלי: טל בלכרוביץ | כוריאוגרפיה: מיכל שי
בהשתתפות: ליהי סולדנו, טלי אורן/עדי כהן, אקי אבני, טל גרושקה,
מיכאל נבעתי, לירון וידור, נוי הלפרין, יעם פינסן, איב בראונשטיין,
תום גירון, גל סופלונסקי, לירון לוי, שחר אבוטמן, ויקי חלימי, שניא אקושטי,
שוהם סודובסקי, איתי אונגר.

ה' | 16.2.23 | 21:30

מחיר 80 ₪ במקום 199 ₪

היכל התיאטרון מוצקין

04-8806000

MOZKIN-THEATER.CO.IL

מועדון דברים טובים

יום כיף בחמת גדר

יום חוויות ובילוי בחמת גדר

יום שלישי | 28.02.23



בבריכות: מים תרמו-מינרליים מפנקים | מפל מדהים | אגם בועות
תותחי מים לעיסוי | מיטות ג'קוזי ועוד

משטחים מקורים ופתוחים | כסאות גן | מלתחות | מקלחות
שירותים | משטחי פיקניק ועוד

המחיר לאדם 165 ש"ח + 5 ש"ח טיפ לנהג, כולל אוטובוס הלוך וחזור
מקריית ביאליק, כניסה לאתר המרחצאות, כריך ובקבוק שתייה.

***ייתכנו שינויים**

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

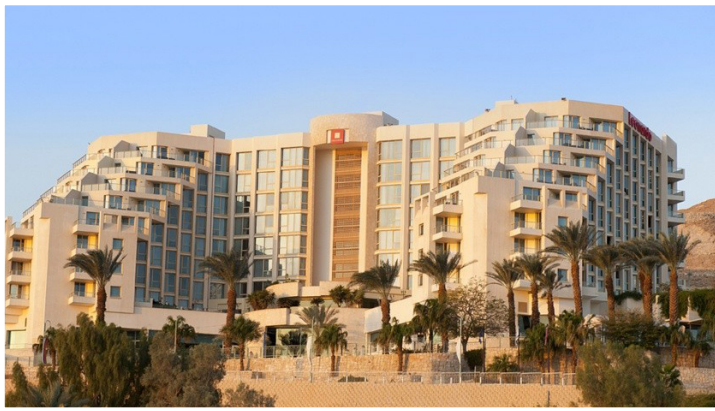
רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

השטיח המעופף
FLYING CARPET

פסטיבל גמלאים

בלאונרדו פלאזה ים המלח

ימי ראשון-רביעי | 12-15.3.2023



בסיס אירוח חצי פנסיון כולל:

• בר מרקים בצהרים

• הרצאות/ספא חינם

• הופעות של:

ירדנה ארזי והגבעטרון | אלי יצפאן | רונן ולינוי קמרון במופע טלפתיה

מחיר לזוג: 3,400 ש"ח כולל כל המפורט מעלה

כולל הסעות הלון וחזור מיד לבנים

***ייתכנו שינויים**

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

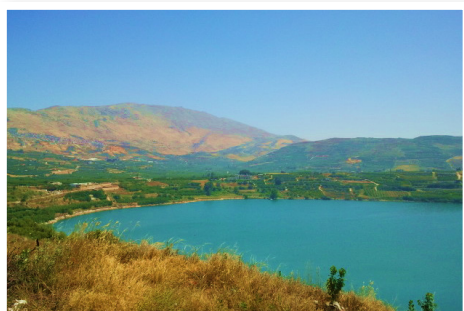
ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

טיול נחלים ומפלים

גמלאי קרית ביאליק

יום שלישי | 21.03.23



בתוכנית:

07:30 - יציאה מקרית ביאליק.

09:30 - ביקור ותצפית על המפל בנחל עיט ברמת הגולן

12:00 - הגעה לתצפית מרהיבה (אחת היפות שיש) על בריכת רם

13:00 - הגעה משוערת למפל סער - אחד המפלים הסוערים ביותר שזורם

14:00 - ארוחת צהרים כשרה בכפר הדרוזי עין קיניא.

15:30 - בסיום היום נגיע לכפר רג'אר, הכפר העלווי היחידי בארץ.

נשמע את הסיפור המרתק של המקום - לפי המפות של צה"ל במלחמת ששת הימים

19:30 - סיום משוער בקרית ביאליק.

מחיר לגמלאי 69 ש"ח, מחיר נלווה 99 ש"ח, מחיר מלא 170 ש"ח + 10 ש"ח טיפ למדריך ולנהג

הטיול מיועד לגמלאי הרשויות המקומיות והמוסדות להשכלה גבוהה המחזיקים בכרטיס "שלך לגמלאי"

***ייתכנו שינויים**

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

מסע בעקבות נתן אלתרמן

יום רביעי | 17.05.23



תוכנית הטיול:

07:30 - יציאה מקריית ביאליק.

סיור מוזיקלי מרתק בעיר תל אביב של היום עם זיכרונות מפעם, בעקבות נתן אלתרמן ומשפחתו.

על חיים ותקופה, על האבה ויצירה, על נשים ועל כתיבה. המסלול יעבור בין כסית, שהיה אחד המקומות שבו נצפה לעיתים קרובות אלתרמן, לתיאטרון הקאמרי שם הוצגו חלק מיצירותיו ובו שיחקה אשתו רחל מרכוס, דרך כיכר דיזינגוף וקולנוע חן.

נגיע לעוד בית קפה מיתולוגי, הקנקן, משם נגיע לבית המשפחה ברחוב בן עמי 7 ולבית הספר תל נורדוי בו למדה הבת תרצה, גן מאיר והשיר שנכתב עליו.

הסיור הינו רגלי, מומלץ להצטייד בכיסאות מוזיאון אישיים!

משך הסיור כארבע - ארבע וחצי שעות.

זמן חופשי לטייל בשווקים - באזור כיכר השעון, שוק הפשפשים, שוק הרוכלים וסביבותיהם.

14:00-15:00 - ארוחת צהריים כשרה במשכנות רות דניאל בתל אביב יפו.



מחיר לגמלאי 69 ₪, מחיר נלווה 99 ₪, מחיר מלא 170 ₪ + 10 שח טיפ למדריך ולנהג

* ייתכנו שינויים במסלולים ו/או ביטולים עקב מזג האוויר ו/או אילוצים שונים

הטיול מיועד לגימלאי הרשויות המקומיות והמוסדות להשכלה גבוהה המחזיקים בכרטיס "שלך לגמלאי"

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

השטיח המעופף FLYING CARPET

באטומי הריווירה הגיאורגית 5 ימים / 4 לילות במלון שרתון ימי ראשון-חמישי | 28.5-1.6.2023

יום ראשון- הגעה לבטומי - סיור היכרות פנורמי, בערב נצא לסיור לילה.
יום שני- הפארק הבוטני כולל עלייה לרכבל.
יום שלישי- טיול שטח לשמורת הטבע המרהיבה "מטירלה".
יום רביעי- מפלי מקחונצטי - הרי האג'רה.
יום חמישי- באטומי - תל אביב, לאחר ארוחת הבוקר העברה לשדה התעופה לטיסה לתל-אביב.

חשוב!

המסלול מתאר את אתרי הביקור אך לא בהכרח את כיוון הנסיעה או סדר הימים. ייתכנו שינויים בסדרי הביקורים והלינות.

מחיר לאדם בחדר זוגי: \$899
תוספת סינגל: \$250

*ייתכנו שינויים

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

יוון מקיף - מאתונה עד סלוניקי

פרימיום - ללא ימים חופשיים, עבור קרית ביאליק

8 ימים - 7 לילות מלאים

בתאריכים: 06.06-13.06.23



יום ראשון

תל אביב, אגם ווליאגמני, אתונה

יום שני

אתונה, תעלת קורינתוס, נאפפוליון, פלמידיס

יום שלישי

אתונה - ארכובה -דלפי

יום רביעי

וולוס - הרי הפיליון הכפר מקריניצה - פורטריה

יום חמישי

פורטריה - לריסה - צוקי מטאורה - יואנינה

יום שישי

יואנינה - כפרי זגוריה - יואנינה

יום שביעי

יואנינה- מצובו - ורגינה - סלוניקי

יום שמיני

סלונקי, מפלי אדסה, תל אביב

מחיר לאדם בחדר זוגי \$1295

שם המלון: (בתי המלון יכולים להשתנות אבל יהיו באותה רמה)

Athens: Titania 4*

Delphi: Nafsika Palace 4*+++

Portaria: Xenia Palace Portarias 4*+++

Ioannina: Epirus Palace 5*

Thessaloniki: Hotel Capsis 4* או Anatolia 4*

פרטי טיסות: אגיאן (יכול להשתנות)

יציאה אתונה: 05:10

הגעה לאתונה: 07:20

חזרה סלוניקי: 19:10

הגעה לארץ: 21:20

שייטתנו שינויים

פרטים מלאים והרשמה במשרד יד לבנים

ימים ראשון, שלישי ורביעי, בין השעות 10:00-13:00

רחוב אפרים 28 קרית ביאליק | 04-8707230

חוגי מועדון הבוקר לגמלאי

מחיר חודשי לחוג בודד: תושב קריית ביאליק: 90 ₪ | תושב חוץ: 110 ₪
מחיר חודשי לשני חוגים ומעלה: תושב קריית ביאליק: 140 ₪ | תושב חוץ: 170 ₪

מרכז פנאי לגמלאי - שלוחת דן

מדרין/ה	שעה	יום	חוג	
רות לונדינסקי	7:30-9:30	שלישי	ציור למתחילים	חוגי יצירה
רות לונדינסקי	8:30-11:00	חמישי	ציור למתקדמים	
יהודית אזולאי	8:30-9:30	רביעי	אומנות	
אליס עקיבא	8:30-9:30	שני	ליבוד	
אליס עקיבא	9:30-11:30	שני	קרמיקה	
אליס עקיבא	10:00-12:00	רביעי	פיסול מעיסת נייר	
מרים דלויה	9:00-11:00	שני	סריגה בטריקו	
ליליה לינשיץ	8:30-10:00	ראשון	סריגת בובות	
מירי פולי	11:00-12:00	חמישי	ספרדית	חוגי חברה ושמחה
ד"ר רון סיוון	10:00-11:00	רביעי	אנגלית מתקדמים	
ד"ר רון סיוון	11:00-12:00	רביעי	אנגלית מתחילים	
אבי צעירי	10:15-11:00 (אחת לשבועיים)	חמישי	תנ"ך	
רחל דואר	11:00-12:00	ראשון	מעגלי החיים	חוגי תנועה
שי בר לב	7:45-8:30 8:30-9:15 9:15-10:00 10:00-10:45	ראשון	התעמלות בוקר	
שרית פוקס פרבר	9:00-9:45 9:45-10:30 10:30-11:15	שני	התעמלות	
שגית גלמן	7:15-8:00 8:00-8:45 8:45-9:30	שלישי	יוגה	
אווה לוין	7:45-8:30 8:30-9:15 9:15-10:00 10:00-10:45	רביעי	פילאטיס	
כרמית בן חיים	11:00-12:30	רביעי	הרקדה	
שי בר לב	9:30-10:15 10:15-11:00 11:00-11:45	חמישי	התעמלות בוקר	
מרצאה אורח	11:15-12:15	שני	הרצאה שבועית	

חוגי מועדון הבוקר לגמלאי

מרכז פנאי לגמלאי - שלוחת צור שלום

חוג	יום	שעה	מדריך/ה
קרמיקה	ראשון	9:30-11:30	
שחמט	רביעי	10:00-11:30	

מרכז פנאי לגמלאי - רב תכליתי

חוג	יום	שעה	מדריך/ה
התעמלות נשים	ראשון ורביעי	8:00-9:00 9:00-10:00 10:00-11:00	
אמא ספורטיבית	דו שבועי	שלישי 18:30-19:30 חמישי 20:00-21:00	
לטין פיטנס- התעמלות נשים בסגנון לטיני	שלישי	19:00-20:00	
ציור למבוגרים	שני	8:30-11:30	
ספרדית	שני	18:00-19:30	
ריקודים סלונים לטיניים	שלישי	20:00-21:00	

מרכז פנאי לגמלאי - רב תכליתי

חוג	יום	שעה	מדריך/ה
טאי צי' צ'י קונג	שלישי וחמישי	19:00-20:00	
תיאטרון פרינג'	ראשון	20:00-23:00	

חוגי מועדון הבוקר לגמלאי

מרכז פנאי לגמלאי - שלוחת עופרים

מדריך/ה	שעה	חוג	
	7:30-15:00	מועדון גמלאים	ימי ראשון
	9:00-9:45	התעמלות בוקר	
	11:15-12:45	פילאטיס - 2 קבוצות	
	13:30-15:00	טניס שולחן	
	10:00-11:30	פיתוח זיכרון (גמלאים)	
	11:00-13:00	תכשיטנות (גמלאים)	
שגית גלמן	11:00-11:45	יוגה	ימי שני
שני מועלם	10:30-11:30	היפ הופ למבוגרים	
רחל וויטיץ	10:00-11:30	NLP	
שרית שלח	10:00-13:00	שילוב אומנויות נשים	
	7:30-15:00	מועדון גמלאים	שלישי
	9:00-9:45	התעמלות בוקר	
	10:00-11:30	אורח חיים בריא	
	13:30-15:00	טניס שולחן	
אביב קורנמן	8:30-10:00	מחשבים בוגרים	
	10:00-13:00	שילוב אומנויות נשים	
שרית שלח	10:00-13:00	פיסול ברשת	רביעי
	7:30-15:00	מועדון גמלאים	חמישי
	9:00-9:45	התעמלות בוקר	
	11:15-12:45	פילאטיס - 2 קבוצות	
	12:00-12:45	פילאטיס נשים גמלאים	
	13:30-15:00	טניס שולחן	
	10:00-11:00	עברית	
	11:00-12:00	תנ"ך	



אזרחים ותיקים! Уважаемые пенсионеры!

מרגישים מנוצלים על ידי מישהו קרוב או על ידי אדם זר?
מישהו מאיים עליכם, פוגע בכם פיזית, מילולית או מינית?
מישהו מנסה לשלול מכם את הזכות לקבל החלטות אישיות וכלכליות?
Чувствуете, что вас использует кто-то близкий или незнакомец?
Кто-то угрожает вам физически, морально или сексуально?
Кто-то пытается лишить вас права
принимать личные и финансовые решения?

אל תישארו לבד! Не оставайтесь одни!



Свяжитесь с нами צרו עמנו קשר
batel_g@qbialik.org.il | 077-3606658

המדור לאזרחים ותיקים פועל בייעוץ, טיפול והכוונה
לאזרחים ותיקים ולבני משפחה מטפלים
Социальный отдел пенсионного возраста оказывает
помощь в чрезвычайных ситуациях, советы,
рекомендации и информация

כונתיות מובטחת! | **Конфиденциальность гарантирована!**

מועדונים ופרויקטים לאזרחים ותיקים

המופעלים ע"י האגף הרווחה והביטחון החברתי

בית ברנר

רח' ברנר 5, שכונת צור שלום, רכזת: אילנה פדידה טלפון: 04-8777196. בבית ברנר 2 מסגרות פעילות:

• מועדון ברנר

שעות הפעילות: א'ה' בין השעות 8:00-12:00 ואח"צ 16:00-18:00. **קהל היעד:** אזרחים ותיקים ניצולי שואה ולכלל אזרחים ותיקים בשכונה.

במקום פועלים חוגים וקבוצות עניין: שיפור זיכרון, התעמלות, יהדות, חוג לבריאות, יוגה, מדיטציה, הרצאות עיוניות, מועדון נשים, לימודי עברית, חוג ציור. **בימים שני, שלישי ורביעי מוגשות ארוחות מבושלות חמות בשעה 16:30** ללא עלות למשתתפי המועדון. הארוחות נתרמות ע"י "רפאל" ועמותת "לקט ישראל".

• מופ"ת ברנר

שעות הפעילות: ימים א', ג', ד' בשעות: 8:00-13:00. **רכזת הפעילות:** רעיה מקרוב.

קהל היעד: אזרחים ותיקים תושבי צור שלום והסביבה.

אופי הפעילות: הרצאות, התעמלות, מלאכת – יד ועוד. כמו כן מוגשות ארוחות בוקר וצהריים עשירות.

להצטרפות ניתן לפנות לאגף הרווחה: 077-3606665 | 077-3606678 או לעמותת אש"ק: 04-8704145

"אָדיס עָלם – עולם חדש" בית הידידות, צור שלום (ליד מתנ"ס צור – שלום)

שעות פעילות: ימים א', ג', ד' 9:00-12:00. **קהל היעד:** אזרחים ותיקים יוצאי קהילת עולי אתיופיה

אופי הפעילות: תיאטרון קהילתי, התעמלות, עברית, בריאות, טיולים וערבי תרבות.

מופ"ת הגנה – מתנ"ס עופרים ביאליק דרום

שעות הפעילות: ימים א', ג', ה' בשעות: 8:00-13:00. **רכזת:** ויקטוריה מירשצ'נקו | **טלפון:** 04-8715966

אופי הפעילות: ארוחות בוקר וצהריים. פעילויות חברתיות שונות, חוגים, הרצאות, טיולים.

בית ירקוני רחוב אפרים 13 בבית ירקוני פועלות 3 מסגרות:

• מועדון קפה ביאליק

רכזת: מיכל פלדהיים | שעות הפעילות: בימי ג' בין השעות 13:30-18:00

אוכ' היעד: אזרחים ותיקים, ניצולי שואה. לרשות המשתתפים הסעה מסודרת למועדון.

אופי הפעילות: הרצאות, טיולים, פעילויות חברתיות וכיבוד קל.

להצטרפות ניתן לפנות לאגף הרווחה: 077-3606650

• מופ"ת ירקוני

רכזת: מיכל פלדהיים **טלפון:** 04-8715014 | 077-3606650. **שעות הפעילות:** א', ב', ד' 14:30-19:00

אופי הפעילות: הרצאות, טיולים, פעילויות חברתיות וכן מוגשות ארוחות צהריים וערב.

• מרכז יום לתשושי נפש

רכזת: עו"ס לובה בר-שפ; **שעות הפעילות:** א'ה' 8:00-14:00

קהל היעד: אזרחים ותיקים הסובלים מתשישות נפש וממחלות דמנציה

אופי הפעילות: פעילות יומית מותאמת, חדר סונלנד, ארוחות ומלאכת יד.

מועדונים ופרויקטים לאזרחים ותיקים

המופעלים ע"י האגף הרווחה והביטחון החברתי

מועדון נייד / פרויקט סל"ב

אוכל היעד: אזרחים ותיקים מרותקי בית. **טלפון:** 077-3606677/56/65/64 (המדור לאזרחים ותיקים).
אופי הפעילות: פרויקט ייחודי להפגת בדידות, במסגרתו כ-65 מתנדבים מבוגרים המבקרים את האזרחים הוותיקים מרותקי בית. ייחודיותו של הפרויקט היא בכך שכל אזרח ותיק המרותק לביתו זוכה לביקור ע"י קבוצת מתנדבים כמעין "ביקור מועדון חברתי" בביתו.

תעסוקה ביתית ע"י מדריכות תעסוקה

אוכל היעד: אזרחים ותיקים מרותקי בית. **טלפון:** 077-3606677/56/65/64 (המדור לאזרחים ותיקים).
אופי הפעילות: סיוע בשיפור מוטוריקה עדינה ושיפור קשר מוח-עין לאזרחים וותיקים מרותקי בית. שתי מדריכות תעסוקה המבקרות את האזרחים הוותיקים ניצולי שואה ואחרים בביתם ומפעילות אותם בעבודות יד מותאמות.

פרויקט קהילה תומכת

אוכל היעד: אזרחים ותיקים. **אופי הפעילות:** הקהילה מופעלת עמותת א.ש.ק. ואגף הרווחה. במסגרתו אם הקהילה מבקרת את משתתפי הפרויקט, עוקבת אחר מצבם ונגישה לסיוע. מתנדבי העמותה מסייעים בתיקונים קלים בבית וכאשר ישנו צורך בתיקונים או שיפוצים מורכבים יותר, אם הקהילה מציעה אנשי מקצוע בפיקוחה. משתתפי הפרויקט יוצאים לערבי תרבות, טיולים.

ניתן לרכוש במסגרת הקהילה הנגישה לחצן מצוקה ושירותי הרמה. פרטי התקשרות: עמותת א.ש.ק. 04-8704145 זהבה/אילנה.

פרויקט אוזן קשבת

אוכל היעד: אזרחים ותיקים מרותקי בית. **פרטי קשר:** עמותת א.ש.ק. 04-8704145.
אופי הפעילות: פרויקט להפגת בדידות, מתנדבי עמותת א.ש.ק. יוצרות קשר טלפוני עם אזרחים וותיקים מרותקי בית לעריכת שיחות להפגת בדידות ותמיכה. לעריכת השיחות להפגת בדידות ותמיכה.

בני משפחה מטפלים

קהל היעד: התכנית מיועדת לסייע לבני משפחה המטפלים, תושבי קריית ביאליק, בשגרת יומם בהוריהם תוך התייחסות לקשיים המורכבים העולים סביב התמודדות זו.
המסגרת התכנית: הנחייה קבוצתית לבני משפחה מטפלים, ימי עיון לאנשי מקצוע, הרצאות בתחומי הטיפול ומיצוי זכויות, הצגות, מופעי מוזיקה והפגה לבני משפחה מטפלים
לפרטים: עו"ס דב רייכמן 077-3606658

מועדונים ופרויקטים לאזרחים ותיקים

המופעלים ע"י האגף הרווחה והביטחון החברתי

סיירת תיקונים

קהל היעד: אזרחים ותיקים תושבי קריית ביאליק הזקוקים לתיקונים קלים בביתם.
סיירת התיקונים מופעלת ע"י מתנדבים, אשר מסייעים בתיקונים כגון: תליית תמונות, החלפת ידית, תיקוני צבע קלים, נזילות קלות הזזת רהיט וכד'. **לפרטים והתנדבות:** שרית כהן 077-3606692

מתחברים

התכנית הינה יוזמה של מפעל הפיס ו"המועצה הישראלית להתנדבות" אשר חברו על רקע משבר הקורונה ליצירת תכניות להפגת בדידות והעצמת ההתנדבות בקרב אזרחים ותיקים ולמענם. התכנית תומכת במגוון מסגרות פעילות של מתנדבים בעיר וכן מעניקה מלגה לסטודנטים תושבי העיר העוסקים בפרויקטים להפגת בדידות.

צוות המדור לאזרחים ותיקים אגף הרווחה והביטחון החברתי

שם העובד/ת	תפקיד	שלוחה	מספר ישיר	מייל
אלון ארונין	ראש צוות אזרחים ותיקים עו"ס הגנה על חוסים וסדרי דין	206	077-3606656	Alon64@qbialik.org.il
זויה אברמוביץ	עו"ס אזרחים ותיקים צפון	215	077-3606665	zoyaa@qbialik.org.il
אירה יהודה	עו"ס אזרחים ותיקים מרכז	214	077-3606664	ira_yehuda@qbialik.org.il
בת אל גלבווע	עו"ס היח' למניעת אלימות א. ותיקים	208	077-3606658	batel_g@qbialik.org.il
דב רייכמן	עו"ס אזרחים ותיקים דרום ובני משפחה מטפלים	227	077-3606677	dovr@qbialik.org.il
אולגה מדבדבסקי	מט"זית	228	077-3606678	olgam@qbialik.org.il
טניה חודורוב	מט"זית	228	077-3606678	taniac@qbialik.org.il
מרינה טבק	עובדת זכאות אזרחים ותיקים	213	077-3606684	marinat@qbialik.org.il
שרית כהן	רכזת מתנדבים ותכנית "מתחברים"	239	077-3606692	sarit.c@qbialik.org.il
ג'אנט אברהם	מט"זית קהילה אמהרית	206	077-3606666	

מועדון "דברים טובים לגמלאים"

מיזם חדש מתחיל בקרית ביאליק

מועדון חברתי לפנויים, פנויות להיכרויות, קפה וסימפטיה

המפגשים ייערכו בימי שלישי, אחת לחודש, בשבוע האחרון של כל חודש, בין השעות 17:00-19:00 בבית יד לבנים, רחוב אפרים 28 קריית ביאליק.

המפגש הראשון יתקיים ביום שלישי, בתאריך 28.2.23

במסגרת המפגשים נקיים: שיחות, ערבי שירה, קריוקי, ריקודים, משחקי חברה, טיולים ועוד, כולל קפה ועוגה.

עלות כל מפגש 40 ₪ התשלום במקום לפני המפגש.

**יש להירשם מראש לפני כל מפגש
באחד הניידים שרשומים למטה.**

הפעילות בשיתוף בית יד לבנים, מועדון דברים טובים לגמלאים.
ארגון המפגשים מתבצע על ידי מתנדבים.



לפרטים והרשמה:

איציק – 052-2553667

עמית – 052-3333016

בקי – 052-2791933

מטפלים בבן משפחה חולה ומבוגר?

Заботитесь о больном и пожилom члене семьи?

האגף לשירותים חברתיים המדור לאזרחים ותיקים אתכם!

Отдел социальных услуг для пожилых людей с вами!

מותשים מהטיפול? מתמרנים בין המשפחה לבין הקרוב החולה?

מרגשים אבודים?

Устали от ухода за близкими? Разрываетесь между

семьей и близким больным человеком?

Чувствуете себя потерянными?



אל תישארו עם זה לבד!

Не оставайтесь с этим грузом в одиночестве!

בואו לדבר אתנו, עובדים סוציאליים, אנשי המקצוע

ועם חברים המתמודדים עם אתגרים דומים לשלכם.

Приходите поговорить с нами, социальными работниками,

профессионалами и людьми, которые сталкиваются

с аналогичными проблемами

מיצוי זכויות | כלים להתמודדות היום - יומית | מידע על מצבי חולי בזקנה | קבוצות תמיכה

защита прав | приобретение навыков для преодоления | ежедневных трудностей | информация

о состоянии здоровья пожилых людей | группы поддержки

מדור אזרחים ותיקים | Отдел пенсионного возраста

dov@qbialik.org.il | 077-3606677

סודיות מובטחת | Конфиденциальность гарантирована

משרד הרווחה
והביטחון החברתי



מועדוני עולים

Клуб "Ган мирьям"

Адрес: ул. Керен ха-Йесод 59

Телефон: 04-8147959

В клубе проводятся следующие мероприятия:

- шахматный кружок
- оздоровительный курс Альфа-здоровье
- кружок оздоровительной гимнастики
- Творческие вечера и концерты
- Экскурсии и туры в течение года
- клуб ветеранов - Героев Великой Отечественной войны
- Уроки английского языка
- Танцевальный кружок
- Культурный клуб с Эсти Барон
- уроки иврита
- Уроки правописания на иврите
- Йога
- Кружок керамики
- Кружок умелых рук
- Хор Шир-А-Ширим
- Медитация NLP Gold

El moadon de pensionados sud Americanos

sito en la calle A-Palmah 51

Tel : 050-6620591

Yse realizan actividades:

- Charla de temas de salud
- Fiestas de cumpleaños
- Juegos de mesa como ser Borako, Rummy, Truco
- Yoga
- Ensenanza de hebro

מועדוני עולים

Клуб "Кафе Британия" (Бренер)

Адрес: ул. Бренер 5

Телефон: 04-8777196

В клубе проводятся следующие мероприятия:

- кружок оздоровительной гимнастики
- Кружок укрепления памяти
- кружок рисования
- кружок караоке
- кружок народных танцев
- Йога
- кружок иудаизма
- уроки иврита
- уроки английского
- социальные мероприятия для переживших Холокост: беседы, лекции
- Кружок оздоровительной ходьбы
- Гимнастика на свежем воздухе
- проект "Мофэт"
- оздоровительный курс Альфа-здоровье
- Бесплатные ужины 3 раза в неделю
- Творческие вечера и концерты
- Экскурсии и туры в течение года

א.ש.ק. משנת-1979 נותנת שירות ועזרה לתושבי קריית ביאליק. אם הגעתם לגיל הפנסיה וזקוקים לעזרה גם בנושא טיפול אישי וגם מעורבות חברתית צרו עימנו קשר ואחד מעובדינו המקצועיים יבוא לעזרתכם.

טיפול ביתי

משנת 1989 א.ש.ק. מורשית כ"נותן שירות", להפעלה וביצוע חוק ביטוח סיעוד לזכאי המוסד לביטוח לאומי (מטפלות בית). עמותת א.ש.ק. מתמחה במתן פתרונות בעת אירוע משברי ומציעה סיוע ומתן שירות מטפלים/ות בית גם לפני קבלת הזכאות מביטוח לאומי ללא תשלום.

מרכזי יום

המרכזים פועלים 5 ימים בשבוע בין השעות 7:30-14:00 ומטפלים ב-200 קשישים. צוות רב מקצועי מפעיל את המרכזים ונותן תמיכה נפשית וחברתית למטופל ולמשפחתו.



*מאפשרים לכם להמציא החברה
מגוונת ותואמת*

מרכז יום "גאולים" רח' קק"ל 75, טל': 04-8490148

במרכז היום "גאולים" נהנים כל גימלאי הקריות מ:

- מערכת חוגים עשירה ומגוונת
- ארוחות בוקר וצהריים עשירות
- הסעות מהבית ובחזרה

כל אלה מאפשרים לכם להמצא בחברה מגוונת ותומכת.

מרכז יום "בית ירקוני" רח' אפריים 13, טל': 04-8715014

מיועד לחולי אלצהיימר ומחלות דמנציה אחרות, קשישים לאחר אירוע מוחי וחולי פרקינסון. בית חם, צוות רב מקצועי מיומן. מגוון פעילויות המותאמות לצרכי מבקרי המרכז. סידור מיוחד לזקוקים להסעות עם כסאות גלגלים.

קהילה תומכת זהבה אם הקהילה, טל': 052-5054476

להיות חלק מהקהילה!

- לגילאי מ-62 לאישה ומ-67 לגבר
 - שירותי רפואה 24 שעות באמצעות לחצן מצוקה.
 - שירותי אם קהילה הנמצאת בקשר קבוע ומהווה כתובת מיידית ראשונה לסיוע:
 - בתיקונים, חירום וצרכים כלליים.
 - ייעוץ ועזרה של עו"ס בנושאים שונים.
 - טיולים ופעילות חברתית מגוונת.
- השתתפות בפרייקט כרוכה בתשלום חודשי ע"פ קריטריונים של משרד רווחה.

חדר כושר ייחודי בקריית ביאליק

אימון מחזורי בעזרת מכשירים פניאומטיים חדישים (בלחץ אוויר) יחזקו לך את השרירים וכל חלקי הגוף. מאמנת מוסמכת אישית צמודה המדריכה לאורך שעה בקבוצות קטנות (10 איש). אז בואו להתרשם בשיעור ניסיון בחינם במרכז הכושר. מחירים נוחים, ללא התחייבות.

מקום	כתובת	טלפון
מועדון "דברים טובים לגמלאים" - מזכירות	בית יד לבנים, רח' אפרים 28	04-8707230 (שלוחה 1) 04-8701035
מרכז רב תכליתי ע"ש דני זק	רח' דפנה 56	04-9128341
אשכול פיס	רח' דפנה 52	04-8782300
מתנ"ס צור שלום	רח' לוחמי הגיטאות 2	04-8779355
מתנ"ס דן	רח' דן 2	04-8751365
מתנ"ס גבעת הרקפות	רח' לוטם 10	04-8623848
א.ש.ק - שירותים קהילתיים לקשיש	רח' הנרקיסים 37	04-8704145
מועדוני עולים	קרן היסוד 59 א'	04-8147959
מועדון ברנר	ברנר 5	04-8777196
בית המתנדב	קרן היסוד 64	052-8464344 052-2692752
בית הידידות	רח' יוסף פישר 33	04-6314932

נאוה מורד - מנהלת בית יד לבנים ומועדון "דברים טובים לגמלאים"

אילנה עמיעד - בית יד לבנים

טלי סוקניק - יועצת ראש העיר לענייני אזרחים וותיקים

