



פעילויות וחוגים

תש"פ 2019-2020

תש"פ



יום רביעי כ"ז באב 28.8.19

16:30-18:30

ברחבת המנהל הקהילתי

הפנינג חוגים

בשעה 17:45
ההצגה
"אותיות מתוקות"
הצגה מבית
תאטרון אלול



הרשמה
לשנת הפעילות
תש"פ



עמדות איפור



סדנאות יצירה



מופעים והדגמות
של החוגים

אננה לא נרשם
ביום האירוע!



טלפון מזכירות: 02 - 6461111

מנהל קהילתי גילה, רח' ורדיון 14 מנהל קהילתי גילה

תוכן עניינים

- 4 דבר יו"ר ההנהלה ומנכ"ל המנהל
5 חברי המינהל וצוות העובדים
6-7 נהלי הרשמה

« חוגים

- 8-16 אגף הספורט
17-24 אגף העשרה
25-27 אגף העשרה | מבוגרים
28-30 אגף תרבות ומוסיקה
31-34 אגף הגיל השלישי
35-37 אגף הגיל הרך
38 אגף החינוך
39-41 אגף הקהילה
42-43 אגף אוכלוסיות מיוחדות
44 החממה | מרכז יזמות
45-46 אגף הנוער
47 לוח חופשות

לא צריך לצאת מהבית! נרשמים בקליק!

www.matnasgilo.org.il



עיצוב גרפי והדפסה:

קולורפרינט | האומן 27, ירושלים

072-24-24-245

COLORPRINT
דפוס מיתוג פרסום

דבר יו"ר ההנהלה ומנכ"ל המינהל הקהילתי



מוגשת לכם חוברת הפעילות של המנהל הקהילתי לשנה הקרובה המפרטת את תחומי העשייה בשכונה.

אנו קוראים לכם התושבים לקחת חלק בפעילות המגוונת המוצעת, כמו כן לקחת חלק בוועדות השונות הפעולות במנהל הקהילתי להיות שותפים בתהליך קבלת החלטות. (תרבות, פיזי, תחבורה, ביטחון, חינוך ועוד)

השנה נמשיך בהטמעת תוכניות העוגן בקידום החינוך בשכונה תוכנית מקפצה בצמצום פערם ותגבור הישגים לימודיים בביה"ס, ותוכנית חממה טכנולוגית בהקניית חינוך מדעי וטכנולוגי מגיל הרך עד קשישים.

כמו כן נפעל בהרחבת הפעילות לגיל השלישי להגדלת מספר הקשישים שלוקחים חלק בפעילויות בדגש על קשישים בודדים ותכלול כל פעילות הקשישים בשכונה. נמשיך בפיתוח תוכניות בתחום הפיזי בקידום תוכניות פיזיות בינוי בדגש על מרכז הקליטה ובפיתוח תשתיות תחבורה ציבורית בהכנת התשתיות לרכבת הקלה. כמו כן בשיפור הניקיון בשכונה בתוכנית המוטמנים ועוד.

תודות:

« לכל הפעילים והמתנדבים שפועלים בשכונה בנושאים שונים.
« לחברי ההנהלה העושים ימים ולילות בקידום השכונה.
« לצוות המקצועי והמסור של המנהל הקהילתי לסמנכ"לים ולכל עובדי המנהל בתחומים השונים.

תודה מיוחדת לשותפנו בעשייה: החברה למתנסים, אגפי העירייה, משרדי הממשלה, הקרן לירושלים, בתי"ס בשכונה, תנועות הנוער, משטרה.

בהרכת שנת פעילות פוריה ואוֹצֵלת

בני אלחייני

יו"ר המינהל הקהילתי

יחיאל לוי

מנכ"ל המינהל הקהילתי

הצוות שלנו

חברי הנהלת המינהל הקהילתי:

בנימין אלחייני | מ"מ יו"ר ההנהלה ויו"ר ועדת כספים
עופר איובי | חבר הנהלה
חגי עטייה | מא"ז חבר הנהלה
אריה לוי | חבר הנהלה
אפרת שניאורסון | מתכננת רובע דרום - חברת הנהלה
הושע פרידמן | חבר הנהלה
שמעון דרעי | חבר הנהלה
לירון דרעי | מנהל רובע דרום - חבר הנהלה
מזל קזז | חברת הנהלה - מנח"

מרדכי כהן | יו"ר ועדת בטחון - חבר הנהלה
ראובן כראזי | יו"ר ועדת כ"א - חבר הנהלה
ריקי פישל | יו"ר ועדת תרבות - חברת הנהלה
תמי סיבוני | מנהלת לשכת רווחה - חברת הנהלה

ועדת ביקורת

שמעון ביתן | יו"ר ועדת ביקורת
דוד בנן | חבר ועדת ביקורת
שמעון ניסני | חבר ועדת ביקורת

כל חברי הפנאל פועלים בהתנדבות ומתח רצון לשרת את שכונתנו היפה.

צוות עובדי המינהל:

יחיאל לוי | מנכ"ל
מרגלית גלייזר | סמנכ"לית גיל הרך
אלי מאור | סמנכ"ל מנהלה, רכז נגישות וממונה בטיחות
מיקי אברהם | סמנכ"לית תוכן ומנהלת מופת ותחום ונוער
אורנה אוהיון | מנהלת תחום גיל שלישי וצמי"ד
אורנה יצחק | רכזת תקשורת
איטל כהן | רכזת צהרונים
אדוה גבאי | רכזת שכונה צעירים
אמיל גולד | רכז מוסיקה ומנהל צהרונים
ורד חיימון | מנהלת תחום עמיתים
זיוה לוי | מנהלת מועדון צבר - קשישים, וחוגי העשרה
יואל עמדי | רכז שכונתי
ליאור בר | מנהלת אגף ביטחון
ליאור קומזון | רכז מתנדבים
משה אברהמי | מנהל חדר כושר
מרים לביא | רכזת צהרונים
נטף חסון | רכזת צהרונים
סתר רחמים | מנהל אגף ספורט
עדי שמידט | רכזת מקפצה וחינוך
עינב מאור | רכזת יזמות וחדשנות
קטרין חבינסון | רכזת קליטה
רבקה בן ציון | רכזת קהילה תורנית
רחל נצר | מתכננת אורבנית
שלמה ברקי | מנהל אגף אחזקה
שלי כהן | רכזת תרבות
תפארת עגמי | רכזת צהרונים
נחמה אלקובי | רכזת יחד, ומנהלת לשכת מנכ"ל

מינהלה:

אביטל בן שטרית | מזכירה
אביטל בן ציון | הנהלת חשבונות
אורה אילוז | מזכירה
אורלי מזון | מזכירה
דינה גגושילי | עוזרת מנהל חשבונות
חני קוסטה | מנהלת משרד
מירית אליהו | מנהלת תחום שיווק מרכז ספורט
נלי כהן | מנהלנית
סילבי מוצפי | מזכירה
רחלי סטי | מזכירה
שיינא כלאב | מנהלת כספים

הצטרפו לרשימת

התפוצה באתר המינהל

וקבלו עדכונים

שוטפים למייל!

החזון שלנו

מנהל קהילתי גילה הינו עמותה הפועלת באוריינטציה חברתית מתוך אחריות כלכלית, באמצעות מעורבות תושבים ודמוקרטיה קהילתית, למען שיפור איכות החיים, תוך הקפדה על מצוינות בשירות.

« המינהל הקהילתי פועל להשגת מטרותיו: »

- « ביסוס מעמדה כעמותה מובילה בעיצוב ופיתוח שירותים קהילתיים.
- « פיתוח פעילויות פנאי ושירותים קהילתיים מתוך אסטרטגיה של שותפויות.
- « פיתוח מנהיגות קהילתית ושיתוף תושבים בעיצוב ותכנון המדיניות השכונתית.
- « ייצוג האינטרסים השכונתיים בפני הרשויות והשפעה על מקבלי החלטות.
- « הקניית חוויה של בית פתוח, לכל אדם, ללא יוצא מן הכלל.
- « השקעה באיכות ובמקצועיות של העובדים והמתנדבים הפועלים בארגון.

ערכים מנחים:

- « כבוד לאחר »
- « אמפתיה והקשבה »
- « שוויון הזדמנויות מקצועיות »

נהלים

מסגרת הלימודים:

- שנת פעילות החוגים תש"פ תפתח ביום ראשון 1.9.19 ותסתיים יום חמישי 31.6.20 למעט חוגים שימשיכו גם בחודש יולי ע"פ הודעה מראש.
- « פתיחת חוג מותנה במספר מינימאלי של נרשמים. הרישום באמצעות אתר האינטרנט של המינהל. על ההורים לעדכן את מדריך החוג בדבר בעיות בריאות או קשיים אחרים העלולים להשפיע על השתתפות הילד בחוג.
- « המינהל שומר לעצמו את הזכות לסגור פעילות אם מספר המשתתפים ירד למינימום שקבע המינהל - בחוגים בפעוטונים בצהרונים ובקייטנות.
- « במקרים מיוחדים המנהל הקהילתי יוכל לשנות את מקום הפעילות למקום חלופי.
- « המינהל שומר לעצמו את הזכות לשנות את לוח הזמנים של החוגים במקרים חריגים.
- « המינהל הקהילתי אינו אחראי בגין נזקים לרכוש, לרבות מקרים של אובדן, גניבה, אביזרים רפואיים כגון: משקפיים, תותב, מכשיר שמיעה, ביגוד וכד'.
- « ימי הפעילות יהיו בהתאם ללוח החופשות המרוכז המפורסם.
- « שיעור ראשון הוא ניסיון חינם. במידה ונרשמים לחוג משלמים גם על שיעור ניסיון.

נהלים

נוהלי הרשמה

- « ההרשמה תתבצע באמצעות אתר האינטרנט של המינהל.
- « סיוע והסברים יינתנו במשרדי המינהל הקהילתי.
- « המינהל יחייב בעמלות בעלי חשבון שהוראות הקבע שלהם חזרו.
- « לא יינתנו החזרים כספיים על ביטול רטרואקטיבי.
- « במקרים של אירוע חירום - שלג, מלחמה ועוד, לא יהיה החזר כספי והמנהל אינו מחויב להשלים את השיעור. המינהל הקהילתי יפעל ע"פ מדיניות משרד החינוך החברה למתנ"סים והעירייה, כפי שיפורסמו בתקשורת.
- « דמי הרשמה נפרדים למסגרות גיל הרך, המהווים חלק מעלות הכספית של הפעילות השנתית.
- « הנרשמים לחוגים יחתמו על תקנון הרשמה.
- « התשלומים צמודים לתוספות יוקר או תוספות אחרות במשק.
- « המנהל רשאי להפסיק השתתפות בפעילות בגלל עיכוב בתשלום, או משיקולי מקצועיים.
- « חלק ממחירי החוגים יעודכנו ב-1 ספטמבר, המחיר הקובע ופרטים באתר ובמזכירות.
- « בחודש אוקטובר התשלום יגבה יחסית לימי הפעילות בפועל.
- « הנרשמים לפעילות יפעלו עפ"י החוזה הנחתם בין הצדדים לפי כל אחד מהתחומים השונים (חוגים, מרכז ספורט, צהרונים, מעון, קייטנות ועוד).

הנחות:

- « בקשות מיוחדות להנחות, יש להפנות לוועדת הנחות במינהל בצירוף כל המסמכים הנדרשים.
- « תינתן הנחה של 5% על החוג השני ומעלה
- « שיעור הנחה לקרנות השוטרים והסוהרים יהיה בהתאם להסדר המקובל עם הצגת טופס חתום ותעודת שוטרוסוהר.

ביטול הרשמה:

- « לנרשמים לחוג ומצטרפים במהלך השנה, תינתן אפשרות החלפת חוג או ביטול הרשמה עד ל-20.2.2020 לאחר מכן יחויבו המשתתפים בתשלום מלא, למעט סיבות רפואיות מוכחות.
- « בקשות לטיפול יש להפנות בכתב בלבד למזכירות המתנ"ס.
- « לאחר ה-20.2.2020 יש לצרף מסמכים רפואיים מתאימים. כל בקשת ביטול תידון לגופה. חשוב!! לא יתקבלו ביטולים טלפוניים \ פקס או בהודעה למדריכים.
- « ביטולים יתקבלו עד ה-20 לכל חודש ועד ל-20 פברואר של שנת הפעילות.
- « ביטול לאחר ה-20 לחודש יבוצע בחודש שלאחריו

בית הספר לשחייה של מינהל קהילתי גילה

מערכת לימוד אחת המובילה את הילדים מלימוד יסודות השחייה ועד לשחייה התחרותית. חלוקה לקבוצות המוגנות לפי קריטריונים של גיל ורמה, מדריכים מנוסים ומוסמכי בית הספר למאמנים של מכון וינגייט.

« היתרונות

ללימודי השחייה ישנם יתרונות רבים בהתפתחות הילדים להתמודדות עם מצבים שלא הכירו: מדריך חדש, משמעת מסוג אחר, התגברות על פחד ממים ושחיה לתוך "מרחב" הבריכה תוך התנתקות מנוכחותם המגוננת של הורה או מעקה.

« שיטת הלימוד

לימוד שחייה ושיפור סגנון בשיטת השלבים הנהוגה בכל העולם. הלימוד החל מתרגילי הסתגלות למים דרך לימוד סגנונות, שיפור סגנון למתקדמים ועד לנבחרות שחייה למצטיינים. שיטת הלימוד מאפשרת קליטת כל ילד ושיבוצו בקבוצה המתאימה לרמתו. תחילת הלימוד בסגנונות החתירה והגב. הפעילות מתחילה מגיל 4. החוג פועל במתכונת שנתית עד סוף חודש יולי והפעילות מתקיימת בימים א'-ו' בשעות אחר הצהרים.

« לימוד שחייה

פעם בשבוע	40 דקות	219 ₪ לחודש
פעמיים בשבוע	40 דקות	299 ₪ לחודש

« הכנה לנבחרת

3 אימונים בשבוע	אימון כושר בשישי	380 ₪ לחודש
-----------------	------------------	-------------

« נבחרת שחייה

4 אימונים בשבוע	אימון כושר בשישי	440 ₪ לחודש
-----------------	------------------	-------------

« קורסי שחייה פרטיים לילדים ומבוגרים

10 מפגשים בני 30 דקות כל אחד.

קורס אישי	1200 ₪
קורס זוגי	825 ₪
קורס שלישייה	650 ₪

*מחיר ליחיד

המשתתפים בנבחרות השחייה מחויבים בתחילת הפעילות בבדיקת בריאות במכון מוכר על פי חוק הספורט.

לייעוץ והכוונה בכל הקשור ללימודי השחייה
ניתן לפנות לרכז השחייה בטלפון 02-6461111
או בהודעת וואטסאפ - 050-6470968 - סיון

בריכת שחייה

בריכת השחייה הינה חצי אולימפית מקורה, ומחוממת הכוללת סאונה רטובה ויבשה, מצוידת במלתחות לנשים, גברים, ילדים וילדות עם ארונית לאחסון חפצים אישיים.

הבריכה פתוחה 7 ימים בשבוע (בהתאם למערכת).

א'-ה' | 06:00-22:30

שישי | 06:00-15:45

שבת | 08:30-16:00

מוצ"ש (חורף) | 19:30-22:30

מוצ"ש (קיץ) | 21:00-23:00

חדר הכושר

כושר ובריאות - ללא תחרות!

חדר כושר מצויד במיטב המכשירים מבית **PRECOR** כפי שניתן למצוא במקומות היוקרתיים ביותר. בחדר הכושר צוות מדריכים מקצועי, מיומן ומגוון, המעניק ללקוחותיו שירות מקצועי ואדיב.

וכל זה - קרוב לבית!

שעות פתיחה (בהתאם למערכת):

א'-ה' בין השעות 07:00-22:30

שישי | 07:00-14:30

מוצ"ש | (חורף) 19:30-22:30

מוצ"ש | (קיץ) 21:00-23:00

מנויי במרכז הספורט כולל בתוכו:

« בריכת שחיה חצי אולימפית מחוממת ומקורה

« חדר כושר חדש ומשוכלל

« סאונה רטובה ויבשה (למבוגרים מעל גיל 18)

« טבילת שחר

« זמני רחצה נפרדים לנשים וגברים (בהתאם למערכת)

« פתוח גם במוצ"ש

« התעמלות במים לנשים ללא תשלום נוסף

« בריכת פעוטות (בחודשים יולי-אוגוסט)

« מדשאה וגן משחקים לילדים

« חוגי התעמלות בסטודיו לנשים ב-50% הנחה לבעלות מנוי שנתי

« ניתן לרכוש כרטיסיות וכרטיסים חד פעמיים לבריכה.

מזכירות מרכז הספורט:

טלפון: 02-6461126

gilopoolm@gmail.com

מידע נוסף ניתן למצוא באתר:

matnasgilo.org.il



אגף הספורט

בית הספר לכדורסל - מחלקת הנוער, הפועל ירושלים

מחלקת הנוער של הפועל ירושלים מזמינה אותך להצטרף למועדון הכדורסל הגדול והמקצועי ביותר בעיר. המחלקה שואפת לקדם את השחקנים בכל תחומי החיים בכלל ובכדורסל בפרט. אנו מחנכים את שחקנינו לאחריות, מחויבות וערכי כבוד האדם ומשקיעים מאמצים מקצועיים משמעותיים על מנת לאפשר לשחקנים להתקדם ולממש את הפוטנציאל המקצועי הטמון בכל אחד. ההשתתפות באימונים מהנה ומפתחת, במהלכה השחקנים לומדים גם לשתף פעולה עם בני קבוצת הגיל, להתמודד עם אתגרים, לשמור על אורח חיים ספורטיבי, בריא ועוד.



גילאים/ כיתות	ראשון	שלישי	מחיר לחודש
א' - ג'	16:00-17:00	17:30-18:30	225 ₪
ד' - ו'	16:00-17:00	17:30-18:30	225 ₪

« בנוסף לתשלום דמי הפעילות, יגבה בנפרד סכום על סך 200 ₪ עבור ערכת ציוד הכוללת תיק, כדור, מגן זיעה, שוטינג שירט וקפוצ'ון. (לא חובה) »

« מנוי לארנה למשחקי הקבוצה הבוגרת - שחקני בית הספר לכדורסל של הפועל ירושלים זכאים לרכוש מנוי למשחקי הקבוצה במחיר מוזל. »

« תשלומים נוספים אלו יעשו ישירות מול מחלקת הנוער של הפועל ירושלים. »

קבוצות ילדים ייצוגיות - מחלקת הנוער הפועל ירושלים

מחלקת הנוער של הפועל ירושלים תפעיל גם השנה קבוצה ייצוגית אשר תשתתף בליגת הילדים של איגוד הכדורסל בישראל. השחקנים יתאמנו באופן שישקף אהבה למשחק והנאה ממנו, לימוד יסודות כדורסל איתנים ברמה האישית והקבוצתית ומיצוי הפוטנציאל ביחיד ובקבוצה באופן שיחתור להישגים קבוצתיים.

מחיר	חמישי	שלישי	ראשון	ילדים (כיתות ז'-ח')
4,500 ₪	17:00-18:30	16:00-17:30	17:00-18:30	

« בנוסף לתשלום דמי הפעילות, יגבה בנפרד סכום על סך 495 ש"ח עבור רישום השחקן באיגוד הכדורסל, קבלת ערכת ציוד אישי הכוללת מדי משחק רשמיים, 3 חולצות אימון, שוטינג שירט, מכנס טרנינג וקפוצ'ון וכן מנוי למשחקי הקבוצה הבוגרת הפועל בנק יב ירושלים בארנה. תשלום סעיף זה יועבר ישירות למחלקת הנוער, וניתן לפרוס אותו לעד 10 תשלומים. »

« מדיניות ביטולים והחזר כספים על פי התקנון של מחלקת הנוער הפועל ירושלים (חוזר נפרד של מחלקת הנוער יועבר אליכם בהקדם). »



אגף הספורט

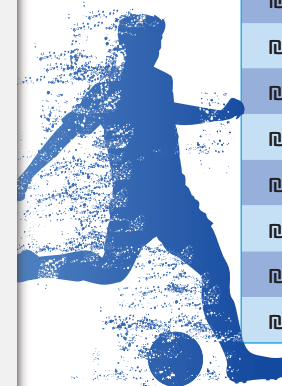
בית הספר לכדורגל בית"ר נורדיה ירושלים

בית הספר לכדורגל של בית"ר נורדיה ירושלים בהובלת המאמן הראשי שי זרגרי וצוות מאמנים מוסמך מעניק את היסודות הנכונים והבסיס המקצועי ביותר שיאפשר לכם בעתיד להפוך לכדורגלנים מקצוענים. בית הספר לכדורגל הוא המסגרת הראשונה של כל שחקן מתחיל ובה הוא רוכש מיומנויות ראשוניות ברמה הטכנית, המקצועית, הקבוצתית וחברתית. במסגרת זו אנו שואפים לפתח ולהעצים את החניכים הן בתחום המקצועי בכדורגל והן בתחום החינוכי-לימודי. ענף הכדורגל מפתח כושר גופני, בטחון עצמי, ערכיות, משמעת, עבודת צוות, עמידה בזמנים, עזרה הדדית, כבוד לזולת וחשוב מכל - כיף והנאה מהמשחק הפופולרי ביותר בעולם!

שלוחות בית הספר של בית"ר נורדיה ירושלים מפתחות את דור העתיד של הכדורגלנים. שחקנים מצטיינים, בעלי פוטנציאל והמעוניינים להתקדם לקבוצות ליגת ההתאחדות לכדורגל של המועדון.

שימו לב, פעילות החוג ממשיכה גם במהלך חודש יולי.

גילאים/ כיתות	יום	שעה	מאמן	מחיר
גילאי 5-6	ה'	16:45-17:45	תומר חרץ	160 ₪
כיתות א'	ב', ד'	16:45-17:45	שי זרגרי	220 ₪
כיתות ב'	א', ג'	16:30-17:30	אלמוג לוי	220 ₪
כיתות ג'	ב', ד'	17:45-18:45	שי זרגרי	220 ₪
כיתות ד'	א', ג'	17:30-18:30	אלמוג לוי	220 ₪
כיתות ה'	ב', ד'	18:45-19:45	שי זרגרי	220 ₪
כיתות ו'	א', ג'	18:30-19:30	אלמוג לוי	220 ₪
כיתות ז'	ג'	19:30-20:30	אלמוג לוי	160 ₪
בנות א' - ג'	ה'	17:45-18:45	תומר חרץ	160 ₪



פעילות בימי גשם - לא יתקיימו אימונים בימים גשומים. הודעה על ביטול האימון תועבר על ידי המאמן ויחידת האימון תוחזר במהלך שנת הפעילות.

ערכת ציוד לשחקן - הכוללת סט בגדי אימון. תשלום עבור הערכה יגבה בנפרד ויועבר ישירות לבית"ר נורדיה



אגף הספורט

קראטה דו שוטוקאן

קראטה-דו - דרך היד הריקה. זוהי אומנות לחימה יפנית מסורתית. אומנות לחימה זו מקנה לילדים ולבוגרים כאחד יכולות רבות:

- « משמעת עצמית.
- « ביטחון עצמי.
- « כושר גופני על כל מרכיביו.
- « יכולת ריכוז ויציבות מנטאלית.
- « קואורדינציה.
- « ובעיקר המון סיפוק והנאה.

האימונים מיועדים לכל הגילאים מגיל 4 ועד 120 בכל הרמות: החל ממתחילים ללא כל רקע ועד למתקדם מים בחגורות שחורות. קיימות קבוצות, שמתאימות לכל גיל ולכל דרגה, ובהתאם קיימת תוכנית אימונים שונה לכל קבוצה.

כחלק מהחברות בארגון הקראטה היפני JKA במהלך שנת האימונים החניכים משתתפים במחנות אימונים ובסמינרים ארציים ובינלאומיים ובנוסף מייצגים את גילה בתחרויות עירוניות, את ירושלים בתחרויות ארציות ואפילו בתחרויות בין לאומיות.

פעילות הקראטה מתקיימת בהדרכת יוסי אסרף, ארז שטייר ואלה קולנסקי - מדריכים מוסמכים על פי חוק הספורט ובעלי ניסיון רב בתחום הקראטה.

פרטים נוספים באתר הקראטה: www.karate-do.co.il או בפייסבוק: "שוטוקאן ירושלים" או בטלפון: 052-3477223.

מס'	קבוצה	יום	שעה	מיקום	מדריך	מחיר
1	כיתות ב' - ו' מתחילים	ב' + ה'	16:30-17:30	סטודיו A	אלה	230 ₪
2	גן - כיתה א' מתחילים	ה'	17:30-18:15	סטודיו A	אלה	160 ₪
3	נשים ונערות	ב' + ה'	19:00-20:00	סטודיו A	אלה	230 ₪
4	גן - כיתה ב' צהוב לבן	ג'	17:00-18:00	סטודיו A	ארז	160 ₪
5	כיתות א' - ז' צהובות - כתומות	א' ג'	17:00-18:00 18:00-19:00	סטודיו A	ארז	230 ₪
6	בוגרים צהובות - ירוקות	א' + ג'	19:00-20:00	סטודיו A**	ארז	230 ₪
7	בוגרים מתחילים	ג'	20:00-21:00	סטודיו A	ארז	160 ₪
8	ילדים מתקדמים	א' + ד'	18:30-19:30	סטודיו A	יוסי	230 ₪
9	נוער ובוגרים מתקדמים	א' ד'	20:30 - 21:30 19:30 - 20:30	סטודיו A	יוסי	230 ₪
10	נבחרת נוער*	א'	19:30 - 20:30	סטודיו A	יוסי	75 ₪
11	נבחרת בוגרים*	ד'	20:30 - 21:30	סטודיו A	יוסי	75 ₪

* מתאמנים שמתאמנים בשתי הנבחרות נדרשים להירשם רק לנבחרת הנוער ולשלם פעם אחת עבור ההשתתפות בנבחרת.

** האימון של קבוצה זו בימי א יתקיים בסטודיו B.

קבוצה לבוגרים מתחילים!

כל החניכים, שמעוניינים להשתתף בתחרויות, מחויבים, על פי חוק הספורט, לבצע בדיקה שנתית של רופא ספורט. את הבדיקה נבצע במרכז בתחילת שנת הפעילות בתשלום חד פעמי נפרד.



אגף הספורט

טאקוונדו- אומנות לחימה

טאקוונדו הינה אומנות לחימה קוריאנית וספורט אולימפי. החוג בשיתוף מועדון "אחי יהודה" בראשות המאמן והשופט הבינלאומי אבי כדורי- דאן 8 (הדרגה הבכירה בישראל), מאמן בכיר (וינגיט) ובעל תואר B.A, יקיר הספורט בירושלים לשנת 2011 וחבר בהיכל התהילה העולמי בטאקוונדו. יחד עם אבי צוות מאמנים ומדריכים מוסמך.

בחוג עובדים על כושר גופני, ריכוז, נשימה בריאה, קואורדינציה, חיזוק שרירים כללי וספציפי, שווי משקל, מודעות עצמית, **בטחון עצמי**, תזונה, **שריפת שומנים**, חינוך וחינוך לספורט בריא, דימוי עצמי, שליטה עצמית, מוטוריקה עדינה וגסה, ירידה במשקל, התמצאות במרחב, יציבה, **הגנה עצמית מתקיפות שונות כולל נשק**

חם וקר. החוג עוזר לילדים/ות עם בעיות קשב וריכוז.

והדבר החשוב שיהיה לספורטאים כף.

החוג מתאים לכל הגילאים מגיל 3 - 90 לבנים ובנות.

ספורטאי המועדון משתתפים בתחרויות רבות, כאשר המצטיינים משתתפים בתחרויות לאומיות ובינלאומיות,

מועדון אחי יהודה זוכה במקום הראשון באליפות ישראל מזה 22- שנים ברציפות !

הפעילות מתקיימת באולם הספורט של בית ספר חב"ד (רח' הסנונית 1)

קבוצה	גילאים/ כיתות	יום	שעה	הערות	מחיר
1	10-14	א' + ד'	15:45-16:30	מתחילים	220 ₪
2	3 - 5	א'	16:30-17:15		160 ₪
3	5-7	ד'	16:30-17:15		160 ₪
4	8-13	א' + ד'	17:15-18:00	שנה 3 ומעלה	220 ₪
5	9-14	א' + ד'	18:00-18:45	שנה 3 ומעלה	220 ₪
6	10-14	א' + ד'	18:45-19:30	בנים בלבד	220 ₪
7	14-18	א' + ד'	19:30-20:30	נוער מתקדם	250 ₪
8	17-75	א' + ד'	20:30-22:00	נוער ובוגרים	260 ₪

טאקוונדו והגנה עצמית לבנות ונשים עם מדריכה

קבוצה	גילאים/ כיתות	יום	שעה	הערות	מחיר
10	7-9	ג'	17:00-17:45	בנות בלבד	160 ₪
11	10-14	ג'	17:45-18:30	בנות בלבד	160 ₪
12	15-70	ג'	18:30-19:30	בנות בלבד	160 ₪

תשלום חד פעמי בסך של 70 ₪ (ילדי 2009-2015) או 110 ₪ (ילדי 2003 עד 2008) עבור רישום להתאחדות הטאקוונדו, או 170 ₪ (ילדי 2002 ובוגרים יותר כולל ביטוח ספורטאים). התשלום לא כולל בגדי אימון, חגורה או מגנים אישיים.

שיבוץ מדויק ייערך ע"י מאמן החוג אבי כדורי.

בכל שאלה או בעיה ניתן לפנות לאבי 052-2864422

www.ahiyehuda.com

זה הזמן להצטרף למועדון המוביל בישראל.





אגף הספורט

אקטיבי - חוגי נינג'ה לילדים אלופים!

מרכז ספורט אתגרי אקטיבי מזמין את כל הילדים

בואו לבנות את הגוף, היכולות והביטחון עצמי.

בואו לשפר את הכושר, לחזק את הגוף, וליהנות כמו שאף פעם לא נהניתם.

כל כך כיף כאן שגם ילדים שלא אוהבים ספורט אוהבים את אקטיבי.

אז מה עושים?

מטפסים על סולמות, קירות טיפוס, מוטות, חבלים, ספסלים ועוד. גולשים על אומגה, חבלים, טרפזים

ומוטות. קופצים על טרמפולינות, מזרונים, מתנפח. רצים, מדלגים ומתגלגלים על מיליון סוגים של ציוד

ספורט אתגרי.

נועה לוי מחכה עם כל הסבלנות, האהבה והידע לבנות לכם ילדות וילדים חזקים יותר, קשובים יותר, בריאים

יותר ואפילו חכמים יותר. (מחקרים מראים שיפור באינטליגנציה של ילדים פעילים) בואו להיות הנינג'ה

החדש של ישראל !

שימו לב, פעילות החוג תתקיים באולם ביה"ס חב"ד ותפעל גם במהלך חודש יולי.

לשאלות ובירורים אשמח לעזור: נועה לוי 052-8563116

מחיר	מיקום	שעה	יום	גיל	קבוצה
195 ₪	אולם ביה"ס חב"ד	16:30-17:15	ב'	2.5-3.5	הורים ילדים
195 ₪	אולם ביה"ס חב"ד	17:15-18:00	ב'	4-5	גיל רך
195 ₪	אולם ביה"ס חב"ד	18:00-18:45	ב'	5-6	גן חובה / הכנה לכיתה א'
195 ₪	אולם ביה"ס חב"ד	18:45-19:30	ב'	כיתות א'-ג'	ספורטאים צעירים
195 ₪	אולם ביה"ס חב"ד	19:30-20:15	ב'	כיתות ד'-ח'	חדר כושר



טניס שולחן

בהדרכת דודיק אלטרץ מאמן מוסמך, אלוף ישראל ושחקן אולימפי וצוות מדריכים מוסמכים מאגודת

"הפועל ירושלים" - אגודה מהמובילות בארץ בענף.

הקבוצה מתחרה בליגות הראשונות בארץ לבוגרים ונוער ובשורותיה אלופי ישראל רבים.

טניס שולחן הינו ספורט מהנה, ייחודי ומתוחכם המפתח ומשפר: קואורדינציה, כושר גופני,

זריזות, עמידה במצבי לחץ, יכולת ריכוז, תכנון מהלכים מראש.

שחקנים מצטיינים יוכלו בעתיד להשתלב בנבחרות ההישגיות של האגודה

מחיר	מיקום	שעה	יום	גילאים/ כיתות
190 ₪	אולם מינהל	16:00-17:30	ב'	ילדים ומבוגרים
190 ₪	אולם מינהל	17:30-19:00	ב'	מבוגרים בלבד
190 ₪	אולם מינהל	18:50-20:20	ב'	מבוגרים בלבד

* משך כל אימון- שעה וחצי



אגף הספורט

בית ספר לג'ודו תלפ"ז-גילה

ג'ודו הוא ספורט אולימפי ושמה של שיטת קרב יפנית שהיא דרך לאימון הגוף וגם דרך לעיצוב האופי.

העיסוק בג'ודו מקנה למשתתף ביטחון ושליטה עצמית. הוא מחזק את הנפש, מפתח את המודעות הרגשית,

משפר את יכולתו הגופנית ותורם לשיפור בריאותו.

כיתות	גיל	יום	שעה	מיקום	מחיר
ילדי גן	4-5	ה'	16:30-17:15	אולם ג'ודו	190 ₪
א' - ב'	6-7	ב'	16:30-17:15	אולם ג'ודו	190 ₪
ג' - ד'	8-9	ה', ב'	17:15-18:00	אולם ג'ודו	278 ₪
ה' - ו'	10-11	ה', ב'	18:00-19:00	אולם ג'ודו	298 ₪
ז' - ח'	12-16	ה', ב'	19:00-20:00	אולם ג'ודו	298 ₪
נוער/בוגרים	16 +	ה', ב'	20:00-21:00	אולם ג'ודו	298 ₪

במהלך השנה מתקיימות פעילויות שונות מחוץ למסגרת הרגילה,

חלק מהפעילויות כרוכות בתשלום בנפרד.

שימו לב, פעילות החוג ממשיכה גם במהלך חודש יולי.

מאמן ורכז הפעילות- יניב בטיטו 052-7490001



קפוארה

'המרכז הישראלי לקפוארה' - המרכז הכי גדול ואיכותי בישראל.

קפוארה היא אומנות לחימה אפרו-ברזילאית המשלבת ריקוד, לחימה, אקרובטיקה

ומוזיקה. המרכז בגילה שייך לק. מסטרה מקוללה (ארז מלכה) האחראי על

התפתחות הילד בחוג הקפוארה. השיטה היא לפתח יכולות ואהבה לספורט ותנועה

ע"י משחקים בעלי תנועה מרחבית עצומה.

החוג מתמקד בפיזיות, חברתיות, התמודדות במצבים חברתיים, קואורדינציה, ביטחון עצמי

ויכולת ביטוי גבוהה.

שימו לב, פעילות החוג ממשיכה גם במהלך חודש יולי.

מחיר	מיקום	שעה	יום	גיל
190 ₪	חדר ג'ודו	17:00-17:45	ג'	גן חובה - א'
190 ₪	חדר ג'ודו	17:45-18:30	ג'	ב' - ד'
190 ₪	חדר ג'ודו	18:30-19:15	ג'	ה' - ומעלה



חוגי הגיל הרך | גיל 4-6

חוגי הגיל הרך הם כרטיס הכניסה לעולם המחול עבור הרקדנים הצעירים. ככל שנקדים להכנס לעולם זה ולהכיר את גופנו, כך נפתח את היצירה, חוש הקצב, הקואורדינציה, הגמישות, עידון התנועה, מרכז גוף, ביטחון עצמי, יכולת ריכוז, כח ותפיסה מרחבית. כך גם נקבל כלים טובים יותר להתקדמות בריקוד.

חוגי הגיל הרך מועברים על ידי מורות מוסמכות המתמחות בשכבת גיל זו בליווי מדריכה צעירה. לכל שכבת גיל תוכנית המותאמת לשלב ההתפתחותי של שכבה זו ובה תכנים המגרים את הילדים לפתח את יכולותיהם. במהלך השנה מתקיימים שיעורים פתוחים בהם יכולים ההורים לחוש ולראות את החוויה ואת התקדמות הרקדנים הצעירים לאורך השנה.

כיתות	סגנון ריקוד	יום	שעות	מורה	מחיר לחודש
4-5	צעדים ראשונים	שלישי	16:30-17:15	דקל קופ	175 ₪
5-6	צעדים ראשונים	שלישי	17:20-18:05	דקל קופ	175 ₪

כיתות א'-ב'



חוגי הבלט/ג'אז/היפ-הופ לילדי כיתות א'-ב', פותחו במיוחד להתאים לצרכי שכבת גיל זו. החוג משלב לימוד טכניקה וטעימה משלל סגנונות הריקוד. בחוג יפתחו הילדים את יכולותיהם בדגש על טכניקה של ריקוד, יציבה ומרכז גוף, חוש קצב, גמישות, קואורדינציה ורצפים תנועתיים. ההשתתפות בחוג תורמת לביטחון העצמי ולשיפור יכולת הריכוז אצל ילדים. במהלך השנה מתקיימים שיעורים פתוחים בהם יכולים ההורים לחוש ולראות את החוויה ואת התקדמות הרקדנים הצעירים לאורך השנה. בסוף השנה, רקדני החוגים משתתפים במופע מרגש ומושקע של זוז במחול ומציגים את פרי עבודתם.

כיתות	סגנון ריקוד	יום	שעות	מורה	מחיר לחודש
א' - ב'	ג'אז + בלט	שלישי	18:05-18:55	דקל קופ	175 ₪
א' - ב'	היפ הופ	שני	17:15-18:00	נועם גון	175 ₪

התעמלות אומנותית | מאמנת לנה דינשטיין

ענף ספורט תחרותי שיופי ואסתטיקה הם המאפיינים העיקריים שלו ועבודה רבה היא המפתח להצלחה בו. המתעמלות תלמדנה לבצע אלמנטים של התעמלות, ריקוד ושימוש באמצעי עזר כמו חישוקים, דלגיות, סרטים, וכדורים, כשהפעילות מלווה במוסיקה.

גילאים/ כיתות	יום	שעה	מיקום	מחיר
הכנה לנבחרת ג'-ו'	ד'	16:30-17:30	אולם הספורט	180 ₪
גן חובה - כיתה ב'	ד'	17:30-18:30	אולם הספורט	180 ₪
כיתה ז' ומעלה	ד'	18:30-19:30	אולם הספורט	180 ₪

שלוחת צור הדסה

גילאים/ כיתות	יום	שעה	מיקום	מחיר
כיתות ב'-ו'	א'	15:30-16:30	בית העם	280 ₪
	ו'	12:30-13:30		
טרום חובה- כיתה א'	א'	16:30-17:30	בית העם	180 ₪



אקרובטים | מועדון התעמלות קרקע ואקרובטיקה



בואו להיות חלק ממשפחת אקרובטים!! נלמד אתכם את הבסיס בהתעמלות ואקרובטיקה עד הרמות הגבוהות ביותר בעזרת צוות מנוסה ומוסמך. פיתוח מיומנויות פיזיות ומנטליות, כח, גמישות, שווי משקל, קואורדינציה וזריזות לצד אסתטיקה, בטחון ומשמעת עצמית.

ציוד חדש ומתקדם: אייר פלור, קפציות יורו טראמפ ועוד...



גילאים/ כיתות	יום	שעה	מחיר
ד' - ו'	ד'	16:00-17:00	190 ₪
א' - ג'	ד'	17:00-18:00	190 ₪
גיל רך 4-6	ד'	18:00-18:45	170 ₪

חוגי התעמלות לנשים

מנוי לחוגי ההתעמלות לנשים בסטודיו המינהל, מאפשר לך כניסה חופשית לכל השיעורים על בסיס מקום פנוי. השיעורים מקצועיים ותוססים, עם תוצאות וגם ליד הבית.

מקום הפעילות	יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי
סטודיו M	08:00-9:00 פילאטיס אורלי	08:00-9:00 התעמלות אחרת אורלי	08:00-9:00 חיזוק עצם לימור	08:00-9:00 התעמלות אחרת אורלי	08:00-9:00 התעמלות אחרת איילת

עלות מנוי בוקר לחמשת השיעורים: 199 ₪ לחודש.

* לוח השיעורים ניתן לשינוי ללא התראה מראש.



להקות הג'אז וההיפ הופ הייצוגיות

להקות הג'אז וההיפ-הופ הן הלהקות הייצוגיות לרקדנים בכיתות ה'-ו'. במסגרת הלהקות, ירכשו הרקדנים טכניקה ויתנסו בשלל סיגנונות הריקוד. הלהקות יופיעו במופעים שונים בעיר ובמופעים של זוז במחול. במהלך השנה נקיים שיעור פתוח בו צופים ההורים בהישגי הרקדנים. בנוסף למופעים במהלך השנה, בסיכום השנה נקיים מופע מושקע ומרגש בו מציגות הלהקות את מיטב הריקודים אותם הכינו במהלך השנה.

להקת ג'אז ייצוגית | כיתות ה'-ו' | בהדרכת הודיה מירו

יום	שעות	מחיר לחודש
ראשון ורביעי	17:30-18:30	285 ₪

להקת היפ הופ ייצוגית | כיתות ה'-ו' | בהדרכת נועם גון

יום	שעות	מחיר לחודש
שני	16:15-17:15	285 ₪
חמישי	17:30-18:30	



להקות ג'אז והיפ הופ הייצוגיות | חטיבה ותיכון

להקות הג'אז וההיפ-הופ ייצגו את גילה ואת זוז במחול במופעים ואירועים מרכזיים בירושלים ובשכונה וכן יופיעו באירועים שמקיימת זוז במחול במהלך השנה.

רקדני הלהקות הייצוגיות יקבלו שיעורי טכניקה ושיעורי רפרטואר ויתנסו בשלל סגנונות ריקוד.

שיעורי הלהקות הייצוגיות יערכו פעמיים בשבוע במשך שעה ורבע ובהם יתעמקו הרקדנים באיכויות התנועה והטכניקה לצד בניית ריקודים להופעות.

להקת הג'אז | חטיבה ותיכון | בהדרכת הודיה מירו

יום	שעות	מחיר לחודש
ראשון ורביעי	18:30-19:45	310 ₪



להקות מחול | כיתות ג'-ד'

להקות הג'אז וההיפ-הופ לכיתות ג'-ד' הן הלהקות הצעירות ביותר במערך הלהקות של זוז במחול בגילה. רקדני הלהקות יקבלו שיעורים המשלבים טכניקה בכל סגנונות הריקוד ובניית ריקודים בסגנונות שונים בהם תופיע הלהקה במהלך השנה.

כמו כן, יתקיים במהלך השנה שיעור פתוח בו צופים ההורים בהישגי הרקדנים. בנוסף להופעות במהלך השנה, לסיכום השנה נקיים מופע מושקע ומרגש בו יציגו הלהקות את מיטב הריקודים אותם הכינו במהלך השנה.

להקת ג'אז | כיתות ג'-ד' | בהדרכת הודיה מירו

יום	שעות	מחיר לחודש
ראשון + רביעי	16:30-17:30	285 ₪

להקת היפ הופ | כיתות ג'-ד' | בהדרכת נועם גון



יום	שעות	מחיר לחודש
שני	18:00-19:00	285 ₪
חמישי	17:30-18:30	



אגף העשרה ילדים

בישול אפייה וקישוטי עוגה | בהדרכת יהודית פנירי

נתנסה ונלמד תהליכי בישול ואפייה, נלוש נאפה נבחר ונכין מגוון של תבשילים מאכלים ועוגות בטעמים מיוחדים מחגים ומתרחיבים שונות. נאפה ונקשט ביצירות עוגות ועוגיות טעימות, נחשף לחומרי גלם שונים. נלמד את כללי הבטיחות והניקיון במטבח והכל באווירה כיפית, מהנה ומלהיבה...



גילאים	יום	שעות	מחיר לחודש
5-7	שני	16:45-17:45	175 ₪
8-12	שני	17:45-18:45	175 ₪

תאטרון מוסיקלי צעיר | בניהול: אסתר שנהב שניידר-בימאית

תיאטרון ככלי התפתחותי להעצמה. מפתח את יכולת הביטוי האישי, כלי להבעת רגשות, לעבודה בקבוצה, לדימוין ויצירתיות. המשתתפים לומדים להכיר את עולם התאטרון דרך אימפרוביזציה, עמידה מול קהל, ריכוז והקשבה, הבעה ותנועה, פיתוח קול, עבודה על רפרטואר ועוד... התאטרון מציג רפרטואר של מחזות זמר מהקלסיים של עולם האגדות כמו: "שלגיה" "ספר הגונגל" "הקוסם מארץ עוץ" "דירה להשכיר" "סיפורי חיות היער" המחזר "גריז" ועוד... בסיום השנה יעלו המשתתפים מופע מרהיב ואיכותי פתוח לקהל...

כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
א'-ג'	רביעי	16:30-17:30	185 ₪
ד'-ו'	רביעי	17:30-19:00	210 ₪

תוספת חד פעמית של 150 ₪ להקלטות, תלבושות חזרות וכד'...



אגף העשרה זוז במחול

להקת היפ הופ | חטיבה ותיכון | בהדרכת נועם גונן

יום	שעות	מחיר לחודש
שני	19:00-20:15	310 ₪
חמישי	18:30-19:45	

טבלת חוגים מרוכזת - להקות "זוז" בגילה

כיתות	סגנון ריקוד	יום	שעות	מורה	מחיר לחודש
4-5	צעדים ראשונים לגל הרך	שלישי	16:30-17:15	דקל קופ	175 ₪
5-6	מחול לגיל הרך	שלישי	17:20-18:05	דקל קופ	175 ₪
א'-ב'	בלט + ג'אז	שלישי	18:10-18:55	דקל קופ	175 ₪
א'-ב'	היפ הופ	שני	17:15-18:00	נועם גונן	175 ₪
ג'-ד'	ג'אז	ראשון ורביעי	16:30-17:30	הודיה מירו	285 ₪
ג'-ד'	היפ הופ	שני חמישי	18:00-19:00 17:30-18:30	נועם גונן	285 ₪
ה'-ו'	ג'אז ייצוגית	ראשון ורביעי	17:30-18:30	הודיה מירו	285 ₪
ה'-ו'	היפ הופ ייצוגית	שני חמישי	16:15-17:15 16:30-17:30	נועם גונן	285 ₪
חטיבה ותיכון	ג'אז ייצוגית	ראשון ורביעי	18:30-19:45	הודיה מירו	310 ₪
חטיבה ותיכון	היפ הופ	שני חמישי	19:00-20:15 18:30-19:45	נועם גונן	310 ₪

מתנה לנרשמים עד 15.9.19

« בסיום השנה יתקיים מופע מושקע, עשיר וססגוני של להקות המחול, בו יציגו המשתתפות את מיטב הריקודים והסגנונות שנלמדו במהלך השנה. כרטיס למופע כרוך בתשלום!

אגף העשרה

ילדים

חוג אלקטרוניקה | בהדרכת אבישי מנדל

חוג ייחודי, מהנה ומאתגר, בו נלמד את קידמת הטכנולוגיה של העת האחרונה המעצבת את עולמנו, העולם של טכנולוגיה והייטק.

במסגרת החוג כל תלמיד יבנה ארבעה פרויקטים חדשניים ומקוריים וירכוש ידע בחשמל ואלקטרוניקה. הפרויקטים שהתלמידים יבנו השנה : מכונית מתוכנתת חכמה, סירנה-פון 4 סוגים עם מיקרופון, מדליה, קופת חיסכון חשמלית.



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
א'-ג'	שלישי	16:30-17:30	169 ₪
ד'-ו'	שלישי	17:30-18:30	169 ₪

תוספת עלות חומרים למשך השנה 280 ₪ בלבד - ניתן לחלק לתשלומים.

חוג נגרות | בהדרכת אבישי מנדל

החוג הקלאסי והמסורתי שנותן לילד את האפשרות לביטוי עצמי ומימוש הפוטנציאל העיצובי. במהלך החוג נלמד על סגנונות בניית קונסטרוקציות עתיקות מעץ, שיטות הכנת חומרי הגלם, הכלים בהם השתמשו האומנים בעבר, והאבולוציה אותה עברו עד ימינו אנו. נבנה דגמי עץ מרהיבים המדמים את בתי העץ הישנים של פעם, בקתה מעץ, טטריס, רעשן, מכונת סוכריות, סולם יעקב, ועוד פריטים בהתאם להספק המשתתפים. נלמד ונתנסה במוטוריקה עדינה, חישובים הנדסיים, שימוש בכלי עבודה מגוונים כגון: פליר, מלחציים, פטיש, שופן, משקפי מגן ועוד..



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
ב'-ד'	רביעי	16:30-17:30	169 ₪

תוספת לחומרים: 35 ₪ לחודש

חוג טיסנאות | בהדרכת שלום ישראל



במהלך השנה, המשתתפים יבנו ויטיסו טיסני השלכה (גלשוניים), טיסני מנוע גומי, טילי מים וטיסנים מחומרים שונים. המשתתפים ילמדו להשתמש בכלי עבודה. חיתוך בסכין יפני. גזירה מדויקת, ושימוש במפות תכנון טיסן. במסגרת החוג יושם דגש על דינמיקה קבוצתית, בניית בטחון עצמי וחיזוק תחושת מסוגלות. והחשוב מכל יחס אישי ומכבד.



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
א'-ג'	רביעי	16:30-17:30	169 ₪
ד'-ו'	רביעי	17:30-18:30	169 ₪

תוספת עבור חומרים - 25 ₪ לחודש

אגף העשרה

ילדים

חוג קרקס | בהדרכת: לאסלו הולוק - אמן קרקס בינלאומי ואקרובט



בחוג הילדים ילמדו טכניקות עם אביזרים מעולם הקרקס כגון כדורים, ג'אגלינג, קלאבים, רולה בולה, חישוקים, דיאבולו, פלאוור- סטיק, צלחות סיניות, פויי הליכה על קביים, קפיצות על חבלים בטכניקות מגוונות, הליכה על כדור קרקס, הליכה על חד אופן ועוד ועוד.. החוג מפתח טיפוח יציבה ושינוי משקל, כישורי קורדינציה, מוטוריקה, זריזות, ביטחון עצמי גמישות ועוד.. חוג הקרקס בהדרכת לאסלו יאפשר לילדים להיחשף לעולם הקרקס הקסום ומלא הפעלולים, התנסויות, חוויות, ואתגר ברמה אישית ומקצועית.

כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
א'-ג'	ראשון	16:30-17:15	185 ₪
ד'-ו'	ראשון	17:30-18:30	190 ₪



מבוכים ודרקונים | בניהול חב' קורטקס

משחק אסטרטגי מרתק שכולם נהנים לשחק בו. בעולם שבו אין גבול לדמיון תוכלו להיות קוסמים לוחמים או אבירים אמיצים, פיות, נסיכות ועוד. יחד תתגברו על אין ספור מכשולים תחסלו מפלצות אכזריות תפתרו חידות ותחקרו טירות עתיקות על מנת למצוא אוצרות גנוזים ואף להציל את העולם מכוחות הרשע. הרפתקאות מרתקות מחכות מעבר לפינה. **התצאו איתנו למסע...?** המשחק מקנה פיתוח יכולת התבטאות בע"פ ופיתוח יכולות חשיבה: דמיון, יצירתיות, קשב וריכוז, הסקת מסקנות, חשיבה מתמטית ואסטרטגית, זיכרון ועוד פעילות המבטיחה הנאה רבה וסיפוק.



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
ב'-ד'	שני	16:30-18:00	175 ₪
ה' ומעלה	שני	18:00-19:30	175 ₪

אגף העשרה ילדים

ציור | בהדרכת יוסי נהרי

נתנסה ונרכוש מיומנויות בסיס ועבודה עם עפרון, פחם, צבע, ואקריליק על בד קנווס - נתנסה ונלמד להכין סקיצה ולהעבירה אל הבד, נכיר ונלמד טכניקות, גישות ומושגים בשפת האומנות, ומעל לכל נקדיש תשומת לב לביטוי יכולות המשתתף, וליווי אישי.



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
גן חובה + א'-ב'	רביעי	17:00-18:00	169 ₪
ג'-ד'	רביעי	18:00-19:00	169 ₪
ה' - חטיבה	שלישי	17:30-19:00	185 ₪

חוג קרמיקה | בהדרכת אינה פולונסקי

מפגש חוויתי עם החומר והצבע, פיתוח דמיון ויצירתיות, לימוד יסודות הקרמיקה וטכניקות שונות עד קבלת תוצאות. נתנסה בפיסול ויצירת חפצי נוי, וכלים שימושיים. לימוד טכניקות מגוונות כגון: בנייה מחוליות, פלטות, יצירות, צביעה, עיטור הכלים ועוד. עבודה קבוצתית ועצמאית כאחד. החוג מותאם לכל הרמות, הדרכה אישית ומקצועית!



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
גן חובה + א'-ב'	ראשון	16:30-17:30	169 ₪
ג'-ד'	ראשון	17:30-18:30	169 ₪

תוספת עבור חומרים ושריפה: 25 ₪ לחודש | החוג ייפתח ב - 8/9/19

חוג חיות מחמד עם נהוראי מלך החיות

אנפה | משחק | אסוף | וזכירה



בעזרת מגע, תחושה, סיפורים, משחקים והפעלות, למדים הילדים על אורח החיים של החיות, מה הן אוכלות, מהיכן בעולם הן מגיעות אלינו, לאיזו משפחה של חיות הן שייכות, כיצד הן מתנהגות, באיזה סביבה הן חיות ועוד דברים רבים ומופלאים.... החוג מפתיע את הילדים בכל פעם עם בע"ח מעניין ומרתק, ובעיקר מפתח אצל הילדים בטחון עצמי וכבוד הדדי לילדים אחרים, בעלי חיים ולטבע, התמודדות עם פחדים וקבלה של השונה. אצלנו בחוג חיות מחמד, כל ילד מקבל תיקיה אישית.



גילאים	יום	שעות	מחיר לחודש
1.5-3	שני	16:45-17:30	169 ₪
3.5-6	שני	17:30-18:15	169 ₪

אגף העשרה מבוגרים

ציור למבוגרים | בהדרכת יוסי נהרי

נתנסה ונרכוש מיומנויות בסיס ועבודה עם עפרון, פחם, צבע, ואקריליק על בד קנווס - נתנסה ונלמד להכין סקיצה ולהעבירה אל הבד, נכיר טכניקות וגישות שונות, נרכוש מושגים בשפת האומנות, ביטוי והבעה של העולם הסובב, ארגון המרחב של העצמים והנושא על לוח הציור, ומעל לכל תשומת לב ליכולות הלומד וליווי אישי.



קבוצה	יום	שעות	מחיר לחודש
קבוצה 1	שלישי	19:15-20:45	189 ₪
קבוצה 2	רביעי	19:15-20:45	189 ₪

צמיחה אישית | בהדרכת חדוה בר-עם

בשיטת מימה | לימוד משנה חיים

שיטה שמבוססת על ידע בפסיכולוגיה בשילוב ידע מהקבלה הקורס בשיטת מימה אביטל זצ"ל נותן לנו הבנות וכלים לשימוש ביום כדי לשפר את איכות חיינו בכל הרמות: בזוגיות, בהורות, בקשרים בין אישיים, בעבודה ובקשר שלי עם עצמי.

הלימוד מעשיר ומשלב טקסטים מקוריים של מחברת השיטה, בשילוב: ציור וכתביה אינטואיטיביים, דמיון מודרך, ריפוי באור ובשיטת "המסע", מדיטציה ועוד.

הלימוד מתאים בכל גיל ובכל מצב ותורם רבות לשיפור ואיכות חיינו האישיים:

שיפור מערכות היחסים, שיפור הדימוי העצמי, גילוי ומימוש הפוטנציאל האישי, רגיעה ושלווה פנימית, פיתוח הקשב הפנימי, הבנת המסרים המגיעים אלי, ריפוי ואיזון הגוף ועוד.

יום	שעות	מחיר לחודש
רביעי	19:00-20:30	195 ₪

« הרצאת מבוא תתקיים ביום רביעי 30.10.19 בשעה 19:00 במינהל (בתאום מראש) »

לפרטים: חדוה בר-עם | 052-6228031 | hedvabaram.co.il | hedvabaram@gmail.com

מלמדת ומרפאה בהלינג 20 שנה, בעלת הכשרה של תשע שנות לימוד ישירות מימימה זצ"ל

אגף העשרה

מבוגרים

יוגה | מדריכה איילת אביגדור

יוגה היא שיטת אימון גופני הכוללת תרגול של תנוחות פיזיות קבועות, המכונות אסאנות. היוגה עושה שימוש בתרגול הפיזי והפניי תשומת הלב של המתרגל לנשימה כדי להשקיע את התודעה והגברת יכולת הריכוז, בדומה לתרגול מדיטציה. **הפעילות מתאימה גם לנשים לאחר לידה, ולכל גיל.**



מחקרים שעסקו בשיטת אימון זו קבעו חד משמעית כי היוגה מפיגה מתחים, פותרת כאבי גב תחתון, מגבירה סבילות לכאב - אלו הם רק חלק מהיתרונות הרפואיים של תרגול יוגה.

יום	שעות	מחיר לחודש
רביעי	10:30-11:45	160 ₪

לפרטים נוספים: איילת אביגדור, מדריכה להעצמה ומודעות הגוף.. 054-5325816

ריקודי בטן | מדריכה איילת אביגדור

הקסם שבמחול המזרחי - ריקודי בטן הוא כלי ודרך לנשים לתקשר ולהתחבר לגופן. הריקוד מאפשר לנשים להעריך מחדש את גופן ולמצוא בו יופי ועצמה. הריקוד גורם לשחרור, תורם לביטחון העצמי, ומשלב כייף הנאה ושמחה.. שיטת הלימוד מבוססת על ביטוי תנועתי של הגוף, והפעלת השרירים תוך לימוד שמירה על יציבות וקורדינאציה.



יום	שעות	מחיר לחודש
רביעי	9:15-10:15	160 ₪

איילת אביגדור - מדריכת ריקודי בטן מתוך דגש על העצמה ומודעות גוף. 054-5325816

אגף העשרה

מבוגרים

הסמארטפון שלי | סדנא ללימוד שימושי הסמארטפון

מטרת הסדנא היא להציג למשתתפים את הכלים הקיימים בעבודה עם מכשיר טלפון חכם. הנושאים שילמדו:

« היכרות עם המכשיר » דומה ושונה בין מכשירים « שימוש במסך מגע » אייקונים והגדרות נפוצים « מצלמה וגלריה » אנשי קשר « שליחה וקבלה של הודעות SMS » אפליקציות מובנות בטלפון: פנס, מחשבון שעון ולוח שנה « חיבור המכשיר לאינטרנט וגלישה » חיפוש והורדה של אפליקציות « שימוש ב- Whatsapp - הגדרות והתראות » היכרות עם אפליקציות שימושיות « סידור מסכים » Widgets « סינכרון גיבוי תמונות ב- Photos Google

משך הסדנא	יום	שעות	מחיר לכל הסדנא
5 מפגשים	ראשון	10:00-12:00	145 ₪

החל מ- 27.10.19 (אחרי החגים) הסדנא בהנחיית עמותת "מחשבה טובה"

קורס הכרת המחשב

לגילאי 60+

מינהל קהילתי גילה בשיתוף עמותת לב אוהב, וחברת מגדל, פותחים קורס להכרת המחשב לבני 60+ שעוד לא יצרו את ההכרות הראשונית עם עולם זה, ומאפשרים להם לפתוח צוהר ראשוני אל עולם המחשבים המודרני.

המשתתפים בקורס לומדים עד כמה מחשבים יכולים להיות לנו לעזר ביום יום ועד כמה ניתן ללמוד במהירות ובקלות איך להשתמש במחשב.

הקורס כולל בתוכו לימוד מיומנויות בסיסיות במחשב וחשיפה ראשונית לעולם המחשבים: היכרות עם המקלדת, שימוש בעכבר, שימוש בתוכנת Word, שימוש בתוכנת Excel, פתיחת תיקיות ושמירת קבצים שונים, הורדת תמונות, יצירת מצגות, שימושי אינטרנט בסיסיים - חיפוש מידע באינטרנט, פתיחת דוא"ל, הכרות עם תכנים מתקדמים באינטרנט כגון Youtube ועוד..

הקורס מועבר ע"י עמותת "מחשבה טובה", המפעילה מרכזים טכנולוגיים קהילתיים ברחבי הארץ.

« משך הקורס: כ-4 חודשים »
« פתיחת הקורס: 28.10.19 (לאחר החגים) »
« מספר המקומות מוגבל - כל הקודם זוכה!!! »

יום	שעות	מחיר לחודש
שני	17:00-19:00	100 ₪

הקורס יתקיים במועדון החברתי החדש רחוב הצבר 1 גילה



אגף תרבות ומוסיקה

אגף תרבות ואירועים

תכלית פעילותו של אגף לתרבות ואירועים היא חשיפת התושבים לפעילויות חינוכיות ותרבותיות בשעות הפנאי, להכניס חגיגות לחיי יום יום, לקשת חגים ולתת לתושבי השכונה להרגיש בבית במנהל הקהילתי. מגוון האירועים מאפשר לכל תושב למצוא את התחומים המעניינים אותו ולקחת בהם חלק: הצגות וקונצרטים, ערבי שירה, טקסים והרצאות, תערוכות, מפגשי אמון, מופעים בתוך ומוחוץ לכותלי המנהל, אירועי חגים, אירועי קיץ, ירידים שונים, מסיבות בפארקים ופסטיבל הצעצוע המתקיים שנה חמישית וכבר הפך למסורת. האירועים מיועדים לכל האוכלוסיות: ילדים, גמלאים, משפחות, נערים, עולים, וותיקים, נשים, המגזר החרדי.

רוצים להשפיע? בואו להתנדב בוועדת התרבות.

ועדת התרבות דנה ברפרטואר ותווה את אופיו בעצה אחת עם מנהלת אגף התרבות במנהל. תושבים יוצרים המעוניינים לשתף ולפעול עם ולמען הקהילה, מוזמנים ליצור קשר עם רכזת התרבות. על התושבים לראות במנהל קהילתי בית ובמה לחשיפת יצירתם בכל התחומים.

אירועי תרבות לאורך השנה:

- « קונצרטים של מוסיקה קלאסית, מוסיקה אנדלוסית, מוסיקת עולם
- « ערבי שירה בציבור
- « מופעי ילדים
- « מופעים והצגות למבוגרים
- « אירועי חגים
- « מסיבות בפארקים, גנים ציבוריים וברחבת המנהל הקהילתי
- « אירועי קיץ
- « פסטיבל רחוב שכונתי
- « תערוכות ופרוייקטים מיוחדים

בית הספר למוסיקה

מינהל קהילתי גילה - ע"ש קרן היסוד

הקונסרבטוריון פועל במנהל מעל 20 שנים. סגל ההוראה כולל את מיטב אנשי המקצוע - כולם בוגרי אקדמיות למוסיקה בא"י ובחו"ל.

בית הספר למוסיקה בגילה מפעיל מגוון רחב של פעילויות המיועדות לגיל הרך, לילדים, לנוער וגם למבוגרים. ניתן ללמוד בכל כלי הנגינה, לשיר במקהלות, להצטרף לחבורת הזמר של מבוגרים "צלילי גילה" ולנגן בתזמורות ילדים ו/או מבוגרים, ללמוד תיאוריה של המוסיקה וליהנות מהאזנה למוסיקה בקונצרטים והרצאות. במהלך השנה מופיעים התלמידים בקונצרטים רבים בפני חברים, הורים, מורים, וכן באירועים מרכזיים בשכונה ומחוצה לה.

תלמידי הקונסרבטוריון משתתפים בשיעורי נגינה בהרכבים ותזמורות ללא תוספת תשלום. ניתן לשכור כלי נגינה במחיר סמלי.

שנת פעילות נפתחת בתאריך 1/9/19 ונסגרת בתאריך 31/7/20.

אגף תרבות ומוסיקה

לימוד כלי נגינה

מומלץ להתחיל מגיל 6 ומעלה: כינור, צ'לו, חלילית, אורגנית, פסנתר, דרבוקה.
מומלץ להתחיל מגיל 9 ומעלה: אקורדיון.
מומלץ להתחיל מגיל 10 ומעלה: חליל צד, סקסופון, קלרינט, חצוצרה, טרומבון, מערכת תופים, דרבוקה, גיטרה קלאסית, חשמלית ובאס, פיתוח קול.

לימוד כלי נגינה באופן יחידני

שכר לימוד חודשי ל - 30 דקות בשבוע 260 ₪
שכר לימוד חודשי ל - 45 דקות בשבוע 390 ₪
שכר לימוד חודשי ל - 60 דקות בשבוע 500 ₪
שכר לימוד חודשי ל - 90 דקות בשבוע 760 ₪

לימוד כלי נגינה זוגי או קבוצתי

2 ילדים - שכר לימוד חודשי לכל משתתף לשיעור 45 דקות - 230 ₪
3 ילדים - שכר לימוד חודשי לכל משתתף לשיעור 45 דקות - 200 ₪
4 ילדים - שכר לימוד חודשי לכל משתתף לשיעור 45 דקות - 180 ₪

מוסיקה למבוגרים - חבורת זמר "צלילי גילה"

מנצחת: אניה יונב, ליווי פסנתר: אסתר ריאק

החבורה שרה שירים ישראלים ושירים בשפות וסגנונות שונים. מופיעה באירועים שונים בקהילה ומחוצה לה. החבורה התקבלה לפרוייקט להב"ה - להקות המתנסים בתנועה והצטרפה למיל"ה - מרכז ישראלי למקהלות ולחבורות זמר. במסגרת זו משתתפת החבורה באירועים וכנסים של חבורות זמר ברחבי הארץ. המקהלה מופיעה כל שנה בפסטיבלים ארציים. החבורה מקבלת משתתפים חדשים אחרי פגישת היכרות ובדיקת התאמה עם המנצחת.

אין צורך בידע של קריאת תווים.

החזרות מתקיימות ביום א' בין השעות 19:30-22:00

« מחיר: 140 ₪ לחודש.

מקהלת צלילי לאדינו

מקהלת הלאדינו "צלילי לאדינו" פועלת כבר 30 שנה בניצוחה של הגב' פולרה וינוקורוב ופסנתרנית הגב' נטליה פובולוצקי.

למקהלה רפרטואר עשיר ומגוון של שירים בלאדינו, בעברית ובשפות נוספות.

כיום במקהלה משתתפים 150 איש ואנו נשמח לקבל אנשים נוספים שאוהבים לשיר (גם מי שלא יודע לאדינו).

שירה בכלל ושירי הלאדינו בפרט פותחים את הלב ומשמחים את הנשמה

« ימי רביעי בן השעות 18:30-20:00.

« מחיר: 150 ₪ לחודש למשך 12 חודשים

אגף תרבות ומוסיקה

כיתת האקורדיון

כיתת אקורדיון ע"ש נגן האקורדיון המפורסם אמיל אייבינדר מזמינה ילדים ומבוגרים ללמוד אצל טובי המורים לאקורדיון בארץ! התלמידים יהנו מכיתות אמן ומליוני מקצועי צמוד של אחד המוסיקאים הגדולים בעולם, ראש המחלקה לאקורדיון באקדמיה למוסיקה ולמחול ע"ש רובין בירושלים אמיל אייבינדר.

"הלומים" - להקה קולית לילדים. שרים ונהנים!!! למי שחולם להיות זמר!!!

לימוד פיתוח הקול בקבוצה, פיתוח השמיעה, אמנות התנועה והמשחק על הבמה, הופעות בקונצרטים ומופעים בשכונה ומחוצה לה. יום ושעת החזרות ייקבעו על פי תיאום מול המשתתפים בלהקה. מחיר לחודש: 175 ₪



תזמורת הילדים "כוכבי ירושלים"

תזמורת הילדים פועלת במנהל קהילתי כדי לאפשר לילדים להמשיך לנגן בהרכב בהדרכה מקצועית ולהיחשף למוסיקה בסגנונות שונים: ג'אז, פופ ישראלי ועולמי, קלאסי, מוסיקה יהודית וישראלית.

« מחיר: 80 ₪ לחודש.

ללא תשלום לתלמידי הקונסרבטוריון.



תזמורת גילה

כל מי שניגן פעם והיום רוצה לחזור ולנגן מוזמן להגשים את חלומו! תזמורת של שכונת גילה מזמינה מוסיקאים וחובבי מוסיקה להצטרף לנגינה והופעות. ברפרטואר של התזמורת מוסיקה קלאסית, ג'אז, פופ, להיטים של כל הזמנים, שירים עבריים ולועזיים. התזמורת נותנת הופעות באירועים בשכונה ומחוצה לה, מלווה זמרים צעירים וותיקים, מקצועיים וחובבי מוסיקה. בין המופעים של התזמורת: מאופרה עד ג'אז, "חגיגה מוסיקאלית", "להיטים של כל הזמנים", "מאיטליה באהבה", קונצרט אופרה, פייטנות וחזנות, "כנר על הגג", "בעקבות האחת", "היכן גרים שירים", מופע "זמר עיר שלם".

« מחיר: 100 ₪ לחודש.

ללא תשלום לתלמידי הקונסרבטוריון.

הגיל השלישי

מרכז חברתי לאזרחים וותיקים - גמלאים ונהנים!

המרכז החברתי מזמין אתכם תושבי השכונה בני 50+ לבוא ולהתגבש ממוגון רחב של פעילות איכותית ומעשירה, ומעשייה מהנה בשעות הפנאי במחירים נוחים. במסגרת המרכז החברתי אתם מוזמנים ליהנות מהרצאות, מטיולים ברחבי העיר והארץ, מנפשושים ומסיבות לקראת החגים.

התעמלות עם יחס אישי ומקצועי

שעורי התעמלות ברמות קושי שונות מותאמות ליכולת המשתתף. יושם דגש על בניית עצם, יציבה, עיצוב גוף, עבודה עם מכשירים מתחילים.



מורה	יום	שעות	הערות
בילי אלימלך	ב' ג' ה'	קב' א' 8:30-9:15 קב' ב' 9:15-10:00	כסאות
ואנינה סנדס	ב' ג' ה'	קב' א' 8:30-9:15 קב' ב' 9:15-10:00	מזרונים
לנה דינשטיין	א' ג' ה'	קב' א' 8:30-9:15 קב' ב' 9:15-10:00	מזרונים

« לנרשמים לתוכנית זו שירה בציבור - חינם.

« עלות 110 ₪ לחודש.

יוגה | בהדרכת ציפורה לוי



יום	שעות	עלות
א	11:00-12:00	65 ₪
א	12:00-13:00	65 ₪

פלדנקרייז

שיטת פלדנקרייז הינה התעמלות עדינה המנחילה הרגלים תנועתיים בריאים. בסיום השיעור ישנה תחושה משמעותית של נינוחות וחיוניות. השיעור מיועד לנשים וגברים כאחד ומתקיים על גבי מזרונים.

יום	שעות	עלות
ד	8:30-9:30	65 ₪

הגיל השלישי

פילאטיס | מעגל נשים בתנועה - עם המדריכה אתי

חוג המתמקד בגמישות מפרקים ושרירים, חיזוק עצמות, מונע כאבים בחוליות של עמוד שידרה צווארי וכאבי גב תחתון... הזרמת דם, שווי משקל, הארכת השרירים.

הרשמה במינהל, מספר הנרשמות/נרשמים יקבע את פתיחת החוג.

יום	קבוצה	שעות	עלות
א	מתחילים	10:00-11:00	70 ₪

ציור ורישום | בהדרכתו של ג'ף אלון

ג'ף אלון בעל ניסיון רב בהוראת ציור ורישום. בחוג נלמד שימוש בגוונים, שימוש בפרספקטיבה מדויקת וקומפוזיציה. נרכוש מושגים באומנות. המשתתפים זוכים ליחס אישי ומקצועי

יום	קבוצה	שעות	עלות
ד	מעורבת	8:45-11:30	180 ₪

שירה בציבור | בהנחייתו של סימה רוה

שרים ביחד בליוו פסנתר חדש וגם ישן, התרבות, המסורת, וההיסטוריה של עם ישראל דרך השירים. שעה של התרוממות רוח ומפגש חברתי.

יום	שעות	עלות
ג	10:15-11:15	50 ₪

« למצטרפים לתוכנית המלאה - ההשתתפות חינם.

אומנות לוותיקים ונהנים מועדון חברותא ופטפטה

שעה וחצי של אומנות יצירות לפי דרישה: רקמה מגוננת, עבודות יצירה (לבילוי עם הנכדים), שימוש בחומרים שיש לכולנו בבית והפיכתם לקישוטים מגוונים ומדהימים, עבודה בבדים ועוד....

יום	שעות	עלות
ה	9:15-10:45	20 ₪

אנגלית | בהדרכת נטליה סוטקביץ - לומדים בכיף

שיפור הידיעות בשפה האנגלית, בדגש שיחה, קריאה וכתיבה.

יום	קבוצה	שעות	עלות
א	מתחילים	8:30-9:30	65 ₪
א	מתקדמים	9:30-10:30	65 ₪
ג	בינוני	9:30-10:30	65 ₪

הגיל השלישי

שיפור הזיכרון - חוג בפתיחה

מדוע אנחנו שוכחים? מה מסייע לנו לזכור וכיצד הזיכרון פועל? כיצד נוכל לשפר את האיכות הזיכרון בחיי היום יום ? קורס חוויתי המשלב ידע תיאורטי ותרגול של מיומנויות, כלים ושיטות לשיפור הזיכרון, במטלות היום יום השונות: זיכרון שמות ופרצופים, זיכרון התמצאות בדרכים, זיכרון ומספרים, זיכרון מטלות ורשימות, זיכרון חזותי ומילולי, אסטרטגיות לשיפור הזיכרון בלמידה. מטרת הקורס להביא שיפור באיכות הזיכרון ולנפץ את המיתוס שהזיכרון יורד עם הגיל ואין מה לעשות.

היום והשעה יקבעו עם ההרשמה ומספר הנרשמים.
עלות - 85 ₪

קבוצת כישורי חיים

קבוצת למידה וחברות. קבוצה מקסימה שתשמח לקבל אליה חברות נוספות.

יום	שעות	עלות
א	10:00-12:00	ללא עלות!

קבוצת בריד'ג

קבוצה פעילה, לימוד ומשחק עם המורה עירית גראפי.

יום	שעות	עלות
א	12:00-13:30	65 ₪

תאטרון קהילתי

קבוצת תאטרון קהילתי עם עמותת השתחויה, לבני הגיל השלישי.
היום והשעה יקבעו בהמשך.

קהילה תומכת לביטחון מירבי

המנהל הקהילתי מזמין אתכם להצטרף לתוכנית קהילה תומכת המספקת מגוון שירותים לשיפור איכות חייו של המבוגר בביתו. התוכנית מספקת סל שירותים נרחב הכולל:

- « לחצן מצוקה
- « שירות רפואי
- « ביקור בית
- « תיקונים קלים
- « פעילות חברתית ועוד.
- « שירות מוקד טלפוני הנותן מענה 24 שעות ביממה.



הגיל השלישי

"צלילי זהב" 50+

כמידי שנה מרכז המוסיקה "צלילי זהב" גיל שלישי, בניהול המח' לגיל השלישי עירית ירושלים, יוצא בפרסום לכל תושבי גילה ובמיוחד לאלה שאוהבים לשמוע ולהעשיר את ידיעותיהם בתחום המוסיקה הקלאסית, תולדות המוסיקה, מוסיקת עולם ומוסיקה מודרנית ושירת מקהלה. בואו והצטרפו אלינו לזמן איכות, תרבות והעשרה.

להלן הפרטים על מרכז המוסיקה, "צלילי זהב" גיל שלישי:

מרכז המוסיקה צלילי זהב גיל שלישי פועל ב- 2 מוקדים:

בימי שלישי במנהל קהילתי גילה, רח' ורדינון 14 בין השעות 09:00 - 14:00 (2 הפסקות באמצע) באולם הקונצרטים קומה ראשונה (במעלית)

שירת המקהלה: בתוכנית הלימודים בימי שלישי פועל בבוקר משעה 09:00 עד 10:30 מקהלת גברים ועשים שבאים לשיר ביחד שירי ארץ ישראל האהובים, שירים לועזיים ועוד, בניצוחו ובניהולו המוסיקלי של אדוארדו אברמסון.

בימי רביעי במרכז העירוני למוסיקה ע"ש אלפרט, גיא בן הינום מס' 8 (ליד סינמטק ירושלים) תכנית הלימודים כוללת: פעילות קבוצתית שבמסגרתה מתקיימות הרצאות ומפגשים בנושאי תולדות המוסיקה, האזנה מודרכת למוסיקה, צפייה ליצירות בתחומי המוסיקה הקלאסית והפופולארית והמוסיקה היהודית, על כל גווניה בעלי שם, ידועים ומהשורה הראשונה בארץ, בתחום המוסיקה.

שעורי נגינה: בליווי תווים פרטניים ניתן להירשם לשיעורי נגינה במגוון כלי נגינה, השיעורים ניתנים אחת לשבוע בתאום תלמיד מורה.

פעילות חברתית: בנוסף לתכנית הלימודים, שם המרכז דגש וחשיבות לפעילויות חברתיות וגיבוש חברתי של התלמידים בקיום - ימי הולדת, ציון חגים, טיולים בירושלים ומחוצה לה, מסיבות משותפות ויציאה לאירועים מוזיקליים: קונצרטים, אופרות, מחזות זמר ועוד ועוד.

מרכז המוסיקה צלילי זהב גיל שלישי מיוחד וייחודי, בעל שם ומוניטין. לומדים במרכז תלמידים מכל ירושלים, ומחוץ לעיר.

שנת הלימודים הבאה מתחילה ב"ה בתחילת חודש ספטמבר 2019 עד סוף חודש יוני 2020.

לרישום ופרטים נוספים יש לפנות:

לדליה צורי אסרף, רכזת המרכז. נייד 050-9233501 / dalia.assaraf@walla.com



"בריאות ללא לאות"

הרצאות פעם בחודש בנושאי בריאות מגוונים ע"י רופאים מומחים. התאריכים מפורסמים במנהל, כניסה חופשית וכיבוד קל.

קבוצת הליכה נורדית

קבוצה מקסימה שרוצה לצרף אליה עוד הולכים, תשמח ללמד אתכם הליכה עם מקלות נורדיים, לחיזוק השרירים בכל הגוף ושמחה בלב.

« אורנה אוהיון - רכזת תחום גיל שלישי טל' 02-6461109
tzamid@gilo.matnasim.cp.il

אגף הגיל הרך

"קרסולה" המרכז לגיל הרך גילה

המרכז מאגד בתוכו תכניות ופעילויות לגיל הרך מנהלת המרכז - מרגלית גלייזר- סמנכ"לית גיל רך ותשתיות טלפון- 02-6461106

באגף הגיל הרך פעילויות מגוונות המעניקות שירות מקצועי וחינוכי לילדים והורים.

האגף מפעיל מסגרות חינוכיות לגיל הרך באזורים שונים בשכונה. אופי המסגרות וגיל המשתתפים משתנה בהתאם לצרכים המשתנים בשכונה.

במרכז שלנו תכניות נוספות:

« סדנאות הורים בגישת אדלר

« משחקי משותפת להורים וילדים

« טיפול- טיפ ותמיכה להורים בתיאום מראש עם מרגלית

« הרצאות מקצועיות להורים

« מעגלי אימהות אחרי לידה

סדנאות בגישת אדלר - מנחה נוימן

יום	שעות	מקום	מס' מפגשים	מחיר
א'+ד'	20:00	מנהל קהילתי סטודיו M	6	100 ₪

מעגל אימהות אחרי לידה

יום	שעות	מקום	מס' מפגשים	מחיר
ה'	10:00-12:00	מנהל קהילתי סטודיו M	8	100 ₪

"קרסולה בהנאה" גן עם אמא. באים ונשארים עם אמא... (אפשר גם עם אבא)

יום	שעות	מקום	מחיר לחודש
א'+ה'	10:00-13:00	מנהל קהילתי סטודיו M	100 ₪



אגף הגיל הרך

משחקיה-לילדים ולהורים: גיל 6 חוד' - עד גיל 8

יום	שעות	מקום	מחיר	הערות
א'	16:30-18:00	מנהל קהילתי חדר קשישים	5 ש"א כרטיסיה 10 כניסות 35 ש"א	המשחקיה פתוחה 10 חודשים בשנה
ה'	16:30-18:00	מנהל קהילתי	5 ש"א כרטיסיה 10 כניסות 35 ש"א	המשחקיה פתוחה 10 חודשים בשנה
ה' למגזר החרדי	16:30-18:00	מנהל קהילתי חדר קשישים	5 ש"א כרטיסיה 10 כניסות 35 ש"א	המשחקיה פתוחה 10 חודשים בשנה

מעון אחלמה - רחוב האלמוג 12 - חדש! חדש! חדש!

מסגרת חינוכית המותאמת לצורכי הגיל הרך, המאפשרת התפתחות תקינה קידום אישי תוך אינטראקציות חברתיות, ובאווירה חמה ומעודדת.. ובהתאם ללוח פעילות מצומצם.

כיתות המעון באחלמה בתהליך קבלת סמל מעון | מנהלת: חיה רוזנטל | 052-6741493



כיתת "פרפרים"	כיתת "אפרוחים" פעוטות	כיתות חיבוקיה
אורית ויזמן גיל: 2-2.8	גננת- מילה בן שבת גיל: 1.4-2.8	מובילה: סיון אבוצדקא גיל: 4 חוד' - 1.4 חוד'

מעון אופק - רחוב ורדינו 12

טלפון 02-6461152

מסגרת חינוכית המותאמת לצורכי הגיל הרך, המאפשרת התפתחות תקינה קידום אישי תוך אינטראקציות חברתיות, ובאווירה חמה ומעודדת.. ובהתאם ללוח פעילות מצומצם.

כיתות המעון באופק עם סמל מעון. מנהלת: עדינה תופיק: 052-7667720



כיתת "פצפונים"	כיתת "תינוקיה"
פעוטות + בוגרים גננת: נטע כדורי גיל: 1.4-2.8	תינוקות מובילה: גיל: 4 חוד' - 1.3 ש'

אגף הגיל הרך

צהרונים ניצנים פש"פ

מנהל קהילתי גילה מפעיל זו השנה החמישית פרויקט צהרונים ניצנים בשכונות: גילה, בית הכרם, יפנה נוף, יובלים, עיר גנים, קרית מנחם, הר נוף, וגבעת מרדכי.

« לפרטים והרשמה: מזכירות המנהל - 02-6461111 »

רכזות אזוריות:

« נטע טוויל: 073-2675232 בשכונות עין כרם, עיר גנים, גבעת משואה, רמת שרת ורמת דניה.

« נטף חסון: 073-2675231 בית הכרם, רמת שרת, מלחה, קרית יובל.

« איטל כהן: 073-2675233 הר נוף, גבעת שאול קרית משה גבעת מרדכי

« תפארת עג'מי: 073-2675230 גילה

משפחתונים

מסגרת חינוכית ביתית המעניקה לילדים תשומת לב אישית ופעילות מגוונת, המטפלות עוברות הכשרה מקצועית ונמצאות תחת פיקוח והדרכה מקצועית.

מיועד מגיל 3 חודש עד שנתיים וחצי, המשפחתונים מתקיימים בשכונה בבתי המטפלות בשכונה. הפעילות מתבצעת באמצעות עיריית ירושלים מחיר ייקבע על פי קריטריונים של עיריית ירושלים ומשרד הכלכלה.

« מידע והרשמה: מירב בק - רכזת משפחתונים במנהל קהילתי גילה

טלפון: 02-6461114 | יום ג' 12:30-13:30

או בעיריית ירושלים טלפון: 02-6298010 ובלשכת הרווחה גילה 02-5457875

אגף משפחות צעירות

פרויקט שכונה צעירה

שכונה צעירה הינו פרויקט שקם מתוך תפיסה שמשפחות צעירות הן נכס משמעותי לשכונה ולעיר. אנחנו מאמינים שהשכונה שלכם יכולה להיות הרבה יותר מהמקום הזה שחוזרים אליו להתקלח ולישון, אלא ממש להפוך להיות מרכז החיים שלכם.

מטרת הפרויקט היא לחזק את שכונת גילה ולהפוך אותה לכמה שיותר אטרקטיבית עבורכם. להוביל, לקדם ולפתח, יחד אתכם את הקהילה, החינוך והסביבה כך שיתאימו יותר לצרכים שלכם בתור *משפחה צעירה בשכונה.

*משפחה צעירה היא משפחה עם ילדים עד גיל 13, עם דגש על משפחות עם ילדים בגילאי לידה עד 6.

« בקצרה, איך עושים את זה? »

« ליווי קבוצות ותושבים פעילים אשר לוקחים חלק אקטיבי בהגברת תחושת הקהילתיות ומובילים יוזמות שונות לקידום השכונה.

« התאמה ושיפור השירותים למשפחות בתחומים: קהילה, תרבות ופנאי, מרחב ציבורי, גיל הרך וחינוך, וחיבור התושבים לתהליכים שקורים במרחב בתחומים השונים

על מנת להישאר מעודכנים בפעילויות ובנעשה בשכונה בתחומים שלוונוטיים ליומיום שלכם בתור משפחה צעירה, ניתן להיות בקשר במייל gilo@young-jerusalem.org.il, או ב-f 'שכונה צעירה גילה'.

אגף החינוך

אגף חינוך חובק ומרכז את החינוך בגילה תוך כדי ראייה השכונתית, זיהוי צרכים משותפים, זיהוי מכנים משותפים, ואיגום משאבים למען פרויקטים שונים בנושאי חינוך. החזון החינוכי שלנו שם את הדגש על חיזוק בתי הספר, טיפוח מצוינות וחוויות הצלחה, עידוד שיח ערכי בשכונה, והרחבת פעילות חינוכית והעשרתית לקהילה.

אגף חינוך מפעיל את תוכנית "מקפצה לעתיד" בתמיכת הקרן לירושלים. במסגרת התוכנית פועלות בתוך בתי הספר בשכונה תוכניות העשרה מתחומי דעת איכותיים במגוון נושאים.

התוכנית מגשימה את החינוך הבלתי פורמלי לילדי שכונת גילה, באמצעות סבסוד חוגי המנהל הקהילתי במסגרת ועדת ההנחות, ומטפחת את אתר הזהות השכונתית ח'רבת ארזה כאתר טבע קהילתי המשלב ארכיאולוגיה מורשת וחינוך.

מלבד פעילות תוכנית "מקפצה לעתיד" בבתי הספר, אגף חינוך תומך במרכזי הלמידה ובשעות הוראה מתקנת בתוך בתי הספר, ומקיים עמם שיתופי פעולה בנושאים שונים.

אגף חינוך מפעיל את ועדת החינוך השכונתית - המורכבת מתושבי השכונה ונציגים של מערכת החינוך השכונתית, על מנת לדון באספקטים שונים של החינוך בגילה, ולקדם יחד נושאים בעלי עניין משותף. אנו רואים בשיתוף פעולה בין בתי הספר, מעורבות תושבים בנושאי חינוך, ושיתופי פעולה בין קהילות ומגזרים אכן שואבת לקהילה משגשגת ולהון החברתי של שכונת גילה.

לשאלות ופרטים נוספים ניתן ליצור קשר עם עדי שמידט - רכזת פרויקט מקפצה וחינוך 02-6464117
education.gilo@gmail.com



אגף קהילה

אגף פיתוח קהילה

העבודה הקהילתית מושתתת על הערך הדמוקרטי המדגיש את יכולתם וזכותם של התושבים להיות שותפים להחלטות הנוגעות לחייהם, לשיפור איכות החיים, תוך פיתוח סולידריות חברתית והדדיות. המחלקה פתוחה לצרכי התושבים ולבעיות החברתיות בשכונה ובהתאם אליהם יוזמות, מלווה ומקדמת תהליכי התארגנות קהילתית המאופיינים במעורבות התושבים בהגדרת צרכיהם ובפיתוח מענים הולמים אותם תוך יצירת שותפויות עם גורמים שונים בשכונה ומחוצה לה.

אגף פיתוח קהילה עוסק בתחומים מגוונים: הצמחת מנהיגות תושבים מקומית, וועדות שונות, מרכז המתנדבים, ליווי קבוצות פעולה ויוזמות שונות העולות מתושבים וארגונים בשכונה. תושבים המעוניינים להצטרף לפעילות או ליזום פעילויות מוזמנים לפנות אלינו- ויחד להפוך את השכונה שבה אנו חיים למקום טוב יותר.

« יוזמות קהילתיות: »

יש לכם רעיון לפרויקט ייחודי שיפעל וישפר את איכות החיים בשכונה?
יש נושא שבוער לכם ואתם רוצים לפעול יחד כדי לנסות לשפרו?
נשמח לסייע לכם לקדם ולפעול בשכונה!

« פעילות בוועדות המינהל: »

במינהל הקהילתי פועלות וועדות שונות, המורכבות מתושבים ומאנשי מקצוע, הפעולות בכדי להשפיע בכוחם המשותף על מצב השכונה בתחומים שונים

הוועדות הקיימות פועלות בתחומים:

- « **תרבות** - קיום אירועי תרבות, העשרה ופנאי למבוגרים במהלך השנה.
- « **פיזי** - פועלים בתחום שיפור התשתיות בשכונה, תכניות בניה חדשות, אישור תכניות ועוד.
- « **משפחות צעירות** - קידום תחומים הנוגעים לשיפור חיי המשפחות הצעירות בשכונה.
- « **קומנדו זבל** - נושאים שונים הקשורים לנקיון, איכות סביבה, תחזוקה ושיפור פני השכונה.
- « **חירום ובטחון** - הכנת תשתיות שכונתיות ומוכנות למצבי חירום או אסון שונים בקהילה.
- « **גיל רך** - קידום ופיתוח תחום הגיל הרך בשכונה.

הוועדות פתוחות להצטרפותם של כל התושבים המעוניינים לפעול ולהשפיע בנושא הוועדה. כמו כן, ניתן ליזום ולהקים ועדות חדשות בתחומים נוספים.

•שלכם, לכל שאלה ובקשה

ניצן חטבלט, עובדת קהילתית: 02-6461148, nitzangilo@gmail.com
מריב אבל, עובדת קהילתית: 02-6461113, emunagilo10@gmail.com

•כדאי להתעדכן ביוזמות השונות באתר
וב- f "מנהל קהילתי גילה"



אגף קהילה

« מרכז למיצוי זכויות

בעמידה על זכויותינו אל מול המוסדות, משרדי הממשלה השונים או חברות הסלולר, אנו נתקלים לעיתים במענה ביורוקרטי סבך, הגורם לתחושת חוסר אונים ותסכול, ובדיעבד לוותר על מימוש זכויותינו. מרכז מיצוי הזכויות בגילה נותן מענה למקרים אלו באמצעות העברת מידע וסיוע בפניות לגורמים שונים. ימי הפעילות: ימי ג', 9:00-12:00, עדיף בתיאום מראש רחוב צביה ויצחק, קניון up town קומה 3, לשכת הרווחה גילה.

« ניתן ליצור קשר בטל' 02-5457878, 02-5456488 (אפשר להשאיר הודעה).

« מרכז מתנדבים:

מרכז המתנדבים בגילה מרכז עבורכם מידע על מגוון אפשרויות התנדבות בשכונה. יש מגוון רב של התנדבויות שמותאמות לכל גיל, לתחומי עשייה שונים, ולמסגרת הזמן שיש ברשותכם. המתנדבים משתלבים בעשייה ופעילות בשכונה, במינהל הקהילתי- בוועדות ובפורומים ובארגונים נוספים כגון- שיטור קהילתי, ספרייה, מעון נכים ועוד.

« מעניין אתכם לשמוע עוד? רוצים להצטרף להתנדבות?

ניתן ליצור קשר עם ליאור קמזון, רכז מתנדבים בטלפון 02-6461121 | liorkamzon2@gmail.com או עם ניצן רוטבלט עובדת קהילתית 02-6461148 | nitzangilo@gmail.com

« מועדון מופת:

מועדון חברתי לניצולי שואה

המועדון קם כדי לתת מענה לאנשים שהיו וחוו טראומות בשנים 1935-1945, וכן לתת מענה עוגן כלכלי לאנשים אלו. המועדון נפתח ב- 9.3.17. בחודש מרץ התחלנו עם 13 חברים והיום אנו מונים 35 חברים ימי הפעילות: א', ג', ה' בין השעות 13:00-8:00 נשמח לחברים/ות.

לפרטים מיקי אברהם נייד: 0507845830 miki@gilo.matnasim.co.il



אגף קהילה

היחידה להתחדשות יהודית - יחד - מחזקים את הזהות היהודית

תוכנית יחד מבית אור תורה סטון והחברה למתנסים במרכזים הקהילתיים, שמה לה למטרה לפתח את תחום הזהות היהודית-ציונית ישראלית בקהילה, באמצעות פעילויות, סדנאות והשתלמויות סביב חגי ישראל וימי זכרון בהם הציבור חווה ולומד את ערכי החג תוך דיאלוג מתמיד ושיח מכבד. יצירת מסגרות לימוד סביב מעגל החיים כגון: פרשת שבוע, בר/בת מצווה, סיורים, קבלות שבת, תנ"ך ועוד.

חוג תנ"ך 929

ממשיכים את המסורת ופותרים קבוצה נוספת של חוג תנ"ך!!!

אנו מזמינים אותך לקרא תנ"ך בעיניים חדשות עם מרצה מנוסה וותיקה, על חברה, תרבות אומנות והיסטוריה יהודית וכללית. *פתיחת קבוצה נוספת בהתאם למס' הנרשמים.

בקרב !!! בית מדרש קהילתי - פרטים בהמשך !!!

חדש במינהל הקהילתי!

פרוייקט בר/בת מצווה לנערים ונערות בני ובנות מצווה ע"ש רא"ל אמנון ליפקין שחק.

הפרוייקט בשיתוף עמותת הכותל, ובהנחיית מרצים מנוסים. סה"כ 8 מפגשים. כל מפגש מתקיים באופן חוויתי ומרתק וידון בתחום אחר מעולם התוכן של האירוע המיוחד: בין הערכים שילמדו: בגרות והתבגרות, מודעות עצמית, אני, משפחתי, הקהילה, אחריות ערבות הדדית, כיבוד הורים, שרשרת הדורות ועוד... יתקיימו שני מפגשים בהשתתפות ההורים. בסיום התהליך יתקיים אירוע חגיגי וסיור בכותל/מנהרות הכותל בהשתתפות המשפחות. הפרוייקט ייפתח בכפוף למס' המשתתפים. מס' המקומות מוגבל! תשלום מסובסד עבור כל הפרוייקט - 350 ₪.

קפה יחד - זהות ותרבות יהודית בקהילה בשיתוף סיפריית גילה, עיריית ירושלים

סדרת מפגשי ערב לזוגות צעירים בנושאים הקרובים ללב ואלה העולים בהתמודדות בחיי היום באוירה נעימה וסדנתית ברוח זהות יהודית בין הנושאים: מה הסיפור שלך?, מי מרגיש בבית?, מתחילים מחדש, אמהות, אמן ואמונה, מסורת מול חידוש ועוד.

מנחה: ד"ר שלומית הראל

תשלום סימלי - 10 ₪

לפרטים והרשמה לאירועים הנ"ל ניתן לפנות לנחמה -

רכזת התחדשות יהודית-ישראלית בקהילה: 050-8849820, 02-6461111, 02-6461102

אגף אוכלוסיות מיוחדות

מקום שווה - מוקד צמי"ד

המוקד פותח מתוך מודעות לחשיבות השתתפותם של ילדים, נוער ומבוגרים בעלי צרכים מיוחדים, בפעילות לשעות הפנאי המותאמת לצורכיהם המיוחדים ותורמת להתפתחותם ומצוי יכולתם בתחום החברתי.
אוחיין אורנה רכזת אוכלוסיות מיוחדות טל' 02-6461109 | tzamid@gilo.matnasim.co.il

« להקת גלגלי ירושלים

חוג מחול המשלב רוקדים על כסאות גלגלים ורוקדים עומדים, קבוצת מחול ייחודית הפועלת ביחד מספר שנים, במהלך השנה רוקדים ולומדים המשתתפים סגנונות ריקוד שונים: דואטים סלונים ולטיניים. מחולות עם ויצירות מקוריות, המעניקים זמן של חוויה מיוחדת ומאפשרת. כל זה יבוא לידי ביטוי במופע מדהים בסוף שנת הפעילות

יום	שעות	עלות
ב'	19:30-21:00	120 ₪

« מועדון 18+

מועדון חברתי לצעירים בגילאי 18 ומעלה עם צרכים ייחודיים. קבוצה מדהימה שנפגשת פעם בשבוע לבילוי משותף, הרצאות ודיונים בנושאי אקטואליה, תהליכי חברות, טיולים ומסיבות ועוד...

יום	שעות	עלות
א'	18:00-20:00	100 ₪

« חוג תאטרון

חוג בפתחיה, תאטרון לצעירות בעלות צרכים מיוחדים, גילאי 18 - 30 הקבוצה תפעל במשחקי תאטרון, סיפורים, תנועה ומוסיקה, תוך שילוב סיפורים ותכנים אישיים, בסוף השנה תעלה הקבוצה הצגה המבוססת על תכני הפעילות

יום	שעות	עלות
ה'	18:30-20:00	100 ₪

אגף אוכלוסיות מיוחדות

אצבעות ירוקות

להרגיש קרוב לאמא אדמה, באווירה שלווה והרמונית.
חוג וקורס גינון: מבוא להכרת עולם הצומח, התאמת צמחים לבתי גידול שונים, סוגי קרקע, צורות ריבוי צמחים, צמחי תבלין וצמחי מרפא, שלבים בתכנון גינה ועוד..
« מפגשים שבועיים שעה וחצי כל מפגש, עלות לחודש 110 ₪.
פתיחת הקבוצה תלויה במספר הנרשמים, מינימום 10 משתתפים. היום והשעה יקבעו בהמשך.

עמותת לותם

חוג שדאות וטבע, לנוער בגילאי 16 ומעלה.
בני נוער עם צרכים מיוחדים ובלי צרכים מיוחדים, חווים יחד פעילות בטבע וסיורים כמו גם שעות פעילות ולימוד קבוצתית. בליווי מדריכות ומדריכים מקצועיים של העמותה.
« בימי ראשון - בשעות הערב. ללא עלות.

'עמיתים' - החלמה נפשית עם תמיכה חברתית

לקידום השתלבותם של אנשים המתמודדים עם מגבלה נפשית בקהילה.
'עמיתים' היא תכנית ארצית, המשותפת לחברה למתנ"סים ולמשרד הבריאות, הפועלת לשיקום והחלמה של אנשים המתמודדים עם מגבלה נפשית, זכאי סל שיקום, באמצעות ליווי מקצועי בתהליך השתלבותם בפעילויות פנאי וחברה, הפתוחות לציבור הרחב בקהילה.

בעמיתים אנו מציעים:

- « ליווי אישי על ידי איש מקצוע.
- « מלגה כספית להשתתפות בחוג.
- « אפשרות לקשר עם מתנדב וכן אפשרות להתנדב בקהילה.
- « פעילות קבוצתית ממוקדת לשיפור המיומנויות החברתיות.
- « פעילות בקבוצות משולבות.

במקביל לפעילות במישור הפרטני פועלת 'עמיתים' גם במישור הקהילתי ומקיימת מגוון פעילויות הסברה לקהלים שונים, לצמצום הסטיגמה ולשינוי עמדות בחברה כלפי אנשים המתמודדים עם מגבלה נפשית.

לפרטים נוספים ניתן לפנות לרכזת 'עמיתים'

ורד חימון בטל' 02-6461123 (ניתן להשאיר הודעה במשיבון)
או במייל: veredamitim@gmail.com
חפשו אותנו בפייסבוק "תכנית עמיתים- מחוז ירושלים"



החממה

חוג רובוטיקה

במהלך הקורס יחשפו המשתתפים לעולם הרובוטיקה והנדסת מכונות. הקורס משלב בניה פיזית, תכנות, פיתוח, שרטוט ויצירת רובוטים אישיים בשילוב הדפסת תלת ממד וחיתוך בלייזר.



כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
ד'-ו'	רביעי	16:00-17:30	200 ₪
ד'-ו'	רביעי	17:30-19:00	200 ₪

« 15 מפגשים

חוג מייקינג וייסודות הייצור הדיגיטלי

במהלך הקורס יחשפו המשתתפים לעולם הייצור הדיגיטלי והמייקינג. הקורס משלב לימוד תכנות מידול בתלת ממד יחד עם תכנות גרפיקה. המשתתפים יתנסו בבניית מוצר אישי ויחשפו לטכניקות שונות של עבודה עם משאבים ברשת.

כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
ד'-ו'	שלישי	16:00-17:30	200 ₪
ד'-ו'	שלישי	17:30-19:00	200 ₪

« 15 מפגשים

חוג מיקרוביט

במהלך הקורס נכיר את "מיקרוביט". מיקרוביט הינו מיקרו מחשב או "בקר" בעזרתו נלמד להכיר את עולם התכנות ומדעי המחשב. בעזרת הבקר והתכנה נלמד כיצד לתכנת חיישנים שונים כגון, אור, לחץ טמפרטורה ועוד. נלמד כיצד ניתן לשלב את התכנות שלנו במוצרים שונים ועוד.

כיתות	יום	שעות	מחיר לחודש
ג'-ד'	שני	16:00-17:30	100 ₪
ה'-ו'	שני	17:30-19:00	100 ₪

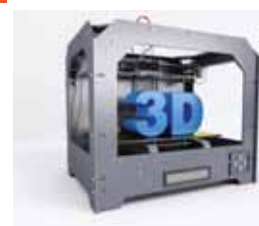
« 15 מפגשים

חוג תלת ממד למד שלישי

במהלך הקורס נלמד להכיר את עולם התלת ממד ונתנסה בתכנון וייצור מוצרים בעזרת טכנולוגיות של הדפסת תלת ממד וחיתוך בלייזר. הקורס מיועד לבני הגיל שלישי ואינו דורש רקע מוקדם במחשבים.

יום	שעות	מחיר לחודש
חמישי	10:00-11:30	100 ₪

« 15 מפגשים



אגף הנוער

תנועות הנוער בגילה:

« בני עקיבא

בני עקיבא היא תנועת נוער ציונית דתית החורטת על דגלה את סיסמת 'תורה ועבודה' ומחנכת את חבריה לחיי תורה, לאהבת העם והארץ. התנועה פועלת בימי שלישי ושבת מדי שבוע בצורה קבועה. « שלישי - 17:00-20:00 לערך שבת - שלוש שעות לפני צאת השבת עד צאת השבת. גילאי החניכים - ד' עד יב'. מיקום הסניף בגילה - השמיר פינת הגנת. « נשמח לכל המעוניינים להצטרף לפרטים - שלהבתיה 050-8464845

« צופים:

בתנועת הצופים בני הנוער בשכונה מעבירים פעילות חינוכית-ערכית לילדי השכונה פעמיים בשבוע, בימים שלישי ושישי בצורה חוויתית ומהנה. הפעילות משלבת משחקים, בניה צופית, טיולים, סמינרים, התנדבות בקהילה ופעילויות שיא מיוחדות ומגוונות! מזמינים את כל ילדי השכונה להצטרף לשבט עוז, הבית השני של הילדים והנוער בגילה. « ימי שלישי - 17:00-18:30 « ימי שישי - 14:30-16:00 גילאי החניכים - ד' עד יב'.

« הנוער העובד והלומד:

קן הנוער העובד והלומד, נמצא ברחוב שמיר. הצטרפו אלינו. « חניכים מוזמנים מגילאי ד' - יב'.

« סח"י - ספירת חסד ייחודית:

. נמצא רחוב א.ב.א. 88 (בסוף החניה של המנהל) « ימי פעילות ב', ג', ד'.

« מרכז תעסוקה לנוער -

אגף הנוער מפעיל מרכז תעסוקה במטרה לתת מענה ותמיכה לבני נוער המעוניינים לעבוד. כמו כן אגף הנוער מציע הכשרות התחומים שונים לתעסוקה: « בני נוער משפצים « פרטים באגף הנוער.



לוח חופשות 2019-2020

אגף הנוער

« יזמים צעירים: »

פרויקט החושף את בני הנוער בגילאי תיכון לעולם העסקים והיזמות.
רוצים לפתוח עסק? לקדם רעיון? צרו קשר והצטרפו לקבוצת יזמות צעירה באגף הנוער.

« פרטים והרשמה באגף הנוער. »

« מועדון הנוער ה- UNDERPOOL »

מועדון הנוער נמצא במתחם המינהל הקהילתי, מתחת לבריכה, (כניסה דרך מקיף גילה או מגרשי הספורט).
« בימים ב', ד' בין השעות 16:30-21:30 מתקיימת בו פעילות הדרכתית לנוער.
« לאורך השנה יתווספו עוד ימי פעילות לפי דרישה

« מדצ'ים: »

אגף הנוער - נותן לכם מענה - נערים ונערות בכיתה ז' - י', המחפשים מסגרת חברתית קצת אחרת.
הפעילות מתקיימת מדי שבוע ומועברת על ידי מדריכים בוגרים וצעירים.
הפעילות מקנה לכם ערכי מנהיגות והדרכה שיעזרו לכם במשך דרככם בחיים.
המשתתפים יקבלו הכשרה כמדריכים מי שיימצא מתאים יוכל להשתלב בעבודה בקיץ בקייטנות.
(החל מכיתות י"א)
בנוסף משלבת הפעילות טיולים, סרטים, משלחות נוער לחו"ל, חוויות וכיף.
בסופה תינתן תעודת מדריך.

« קבוצות חירום: »

קבוצות נוער שיוכשרו להיות חלק ממערך החירום בשכונה.
בקורס הנוער יקבל קורס מד"א, קורס חירום והצללה, נגיעה בכיבוי אש ועוד.

« מנהיגות צעירה: »

הפעילות מיועדת לכיתות ו'. בה יעברו תהליך והפנמה של מי הוא מנהיג? מה כישוריו/תכונותיו.
הכל דרך טיולים/ספורט והכשרות מאתגרות. במהלך השנה מתקיימות פעילויות נוספות באגף הנוער הנכם מוזמנים להתעדכן באתר המינהל הקהילתי.
במהלך השנה אגף הנוער אחראי על פעילויות חשובות כמו הפעלת הפוריום השכונתי. קיום טקסי הזיכרון. ועוד

« פרטים נוספים: מיקי מנהלת אגף הנוער 050-7845830 »

חגים	תאריך	יום	בריכה+ חדר כושר	חוגים
ערב ראש השנה	29.9.19	א'	בהתאם למערכת עד לשעה 13:00	אין חוגים
ראש השנה	30.9.19-1.10.19	ב'-ג'	סגור	סגור
ערב יום כיפור	8.10.19	ג'	סגור	סגור
יום כיפור	9.10.19	ד'	סגור	סגור
ערב סוכות	13.10.19	א'	בהתאם למערכת עד לשעה 13:00	אין חוגים
חולמ"ס	15-19.10.19	ג'-ה' ו' שבת	ג'-ה': בהתאם למערכת עד לשעה 17:00 יום ו': בהתאם למערכת עד לשעה 14:30 שבת: בהתאם למערכת עד לשעה 16:00 מוצ"ש סגור	אין חוגים
ערב חג שמחת תורה	20.10.19	א'	בהתאם למערכת עד לשעה 13:00	אין חוגים
שמחת תורה	21.10.19	ב'	סגור	סגור
אסרו חג סוכות	22.10.19	ג'	כרגיל	כרגיל
חנוכה	22-30.12.19	א'-ב'	כרגיל	כרגיל
ערב פורים	10.3.20	ג'	בהתאם למערכת עד לשעה 18:00	עד 18:00
שושן פורים	11.3.20	ד'	סגור	סגור
ערב פסח	8.4.20	ד'	סגור	סגור
פסח	9.4.20	ה'	סגור	סגור
חולמ"פ	10-13.4.20	ו' שבת מוצ"ש א'+ב'	כרגיל בהתאם למערכת עד לשעה 16:00 סגור סגור סגור בהתאם למערכת עד לשעה 17:00	סגור סגור סגור אין חוגים
ערב חג שביעי של פסח	14.4.20	ג'	בהתאם למערכת עד לשעה 13:00	אין חוגים
שביעי של פסח	15.4.20	ד'	סגור	סגור
אסרו חג של פסח	15.4.20	ה'	כרגיל	כרגיל
ערב יום השואה	20.4.20	ב'	בהתאם למערכת עד לשעה 19:00	עד השעה 19:00
יום השואה	21.4.20	ג'	סגור	כרגיל
ערב יום הזיכרון	27.4.20	ב'	בהתאם למערכת עד לשעה 18:00	עד השעה 18:00
יום הזיכרון + יום העצמאות	28-29.4.20	ג'+ד'	סגור	אין חוגים
ל"ג בעומר	12.5.20	ג'	כרגיל	כרגיל
יום ירושלים	22.5.20	ו'	כרגיל	כרגיל
ערב שבועות	28.5.20	ה'	בהתאם למערכת עד לשעה 13:00	אין חוגים
שבועות	29.5.20	ו'	סגור	סגור
אסרו חג שבועות	30.5.20	שבת	כרגיל	כרגיל
ערב ט' באב	29.7.20	ד'	בהתאם למערכת עד לשעה 18:00	אין חוגים
ט' באב	30.7.20	ה'	סגור	אין חוגים

Jazz

HIP-HOP

זוז
במחול
בגילה



חוגי ילדים



להקות ייצוגיות



הגיל הרך

חוגים מגיל 4 ומעלה

לפרטים: 050-6264183 רחל

להרשמה משרד מנהל קהילתי גילה: 02-6461111