



**מערך פעילויות
לשנת תשפ"ד 2023-2024**



עמותת שלהב"ת קרית טבעון



משרד הבריאות
והשירותים החברתיים
המרכז לבריאות



משרדי העמותה ומרכז יום רב תחומי: רח' סמטת הלבנה 2, קרית טבעון
טל: 04-9535750, פקס: 04-9830748 | מרכז תרבות שלהב"ת: רח' אורנים 27, קרית טבעון
דוא"ל: www.shalhevet-tivon.org.il | אתר: shalhevet01@gmail.com

שלהב"ת הינה עמותה ללא מטרת רווח, הפועלת על פי חוק העמותות כ-40 שנה. היא בית שמקדם איכות חיים מיטבית ומשמעותית ומהווה מרכז המתכנן, מפתח ומספק מענה, מידע ושירותים מגוונים לצרכי האוכלוסייה המבוגרת בקרית טבעון והסביבה.

אנו מודים למועצה המקומית קרית טבעון, לעומד בראשה, מר **עידו גרינבלום**, ולחברי המליאה על התמיכה, האמון והרוח הגבית. פעילות העמותה מפוקחת בידי משרד הרווחה והביטחון החברתי באמצעות המחלקה לשירותים חברתיים במועצה. זו ההזדמנות להודות לצוות המחלקה בראשות **תמי בן חמו** ולעו"סיות מהמדור לאזרח הוותיק; למנהלת המדור, **נגה טלטש בצללי**, **תמר לוי אלוני**, **עירית שלו**, **מאיה רוזנר גולדשטיין** וכן לרכזת המענים, **סיגל קריספל** על התמיכה, האמון ושיתוף הפעולה.

מצורפת בזאת חוברת הפעילות לשנה הקרובה. אנו תקווה שתמצאו עניין בפעילויות המוצעות בחוברת זו וקוראים לכל אחד ואחת מכם להתנדב בעמותה במגוון הרחב של הפעילויות. לפנינו שנה מאתגרת במהלכה צפוי שיפוץ נרחב בעמותה הכולל הרחבת היחידה המוגנת (מתמודדים עם אלצהיימר ודמנציה), שיפוץ החצר ואולם התרבות, העברת חדר הפיזיותרפיה לחדר פנימי ונגיש יותר וכן שיפורי נראות וביטחות. אנו מתנצלים מראש על ההפרעה לשגרת הפעילות ומקווים שמבנה העמותה יראה טוב יותר לאחר השיפוץ ויתן מענה ראוי ומקצועי יותר לאחריו. כמו כן, לאור עליית המחירים במשק ועליית השכר, נאלצנו להעלות מחיר בחלק מהפעילויות. השתדלנו שהעלייה תהיה מתונה וסבירה. עמותת שלהב"ת מאחלת לכם בריאות, שנת פעילות מעניינת ומהנה.

אלי פוליאקוב, מנכ"ל.



כל המעוניין לקבל מאתנו את עיתון העמותה וכן עדכונים שוטפים

בדוא"ל: shalhevet01@gmail.com

בטלפון: 04-9535750

מוזמנים לבקר אותנו באתר: www.shalhevet-tivon.org.il

ולעשות לנו לייק בפייסבוק: [f](https://www.facebook.com/shalhevet) שלהב"ת - קרית טבעון

הנהלת העמותה (בהתנדבות):

יקי שלו (יו"ר), **שמעון הגר** (גזבר), **נורית גל**, **גדי בטר**, **זאב מזור**,

איתן קלמר ו**דליה לביא**.

חברי וועדת הביקורת (בהתנדבות): **אבי צור**, **יעקב אשרף**.

מנכ"ל עמותת שלהב"ת

אלי פוליאקוב

צוות מינהלי עמותת שלהב"ת

מזכירת העמותה - **רעות תורג'מן** | מנהלת חשבונות - **חנה ברנשטיין קוז'קרו**

גבייה - **ענת אלוש** | בקרת רכש - **עדנה זון**

מרכז יום שלהב"ת

מנהלת - **נטשה שטיין** | עו"ס - **עליזה ארצי**

אחות - **רחלי שפיקר**

מזכירה - **נורית תמיר**

אב בית - **ששי שוספי**

צוות מטבח - **מזל חן**, **קלטיה חילף**

מדריכת תעסוקה ומלאכת יד - **אידה קד'רוב**

צוות טיפולי - **איבון אזולאי**, **ציפי אסולין**, **מהא זבידאת**

מדריכי מועדון בריאות וכושר - **אייל ישראלי**, **אולגה מרקוס**, **נדב שאנן**

מועדון "המפגש" שלהב"ת

שירלי מימון ובתיה כפיר

קהילה תומכת שלהב"ת

משה אמסלם | **ענת שושני** | **סילווי סבו**

מועדון חברתי, תרבותי, בו מתקיימת פעילות לגמלאים צעירים ועצמאיים, כולל הסעות וארוחות.

פועל בימי ראשון, שני ורביעי, בשעות הבוקר.

המבקרים נהנים מחברה, פעילות גופנית, יוגה, הרצאות בנושאים שונים ומלאכת יד.

בימי שני ורביעי, בשעות 9:30-8:30 מתקיים חוג התעמלות במועדון

(ניתן להירשם לחוג בנפרד. עלות לחודש - 100 ₪ לפעמיים בשבוע).

שיעור מחשב פרטני, בימי חמישי בבוקר בתיאום עם המתנדב

חיים ביבר: 052-2618017

עלות: כרטיסיה ל-4 שיעורים: 120 ש"ח

עלות חודשית למועדון: 50 ₪

ליצירת קשר:

שירלי מימון: 04-9830311 או 052-6146581

shirlyanafim@gmail.com

מקום: סמטת האחים פיש 2 - רח' גולומב - מקלט עילי מספר 40



"בקהילה התומכת את/ה אף פעם לא לבד"

הקהילה התומכת מספקת שירותים בקרית טבעון ורמת ישי ומעניקה ביטחון אישי, איכות חיים, קשר לעמותות שלהב"ת ושקט נפשי 24 שעות ביממה.

השירות כולל: אב ואם קהילה + קשר אישי, ביקורי בית, שירות "מה נשמע" עם אוזן קשבת, תיקונים קלים, תיווך לגופים וארגונים, סיוע בפיתרון בעיות יומיומיות וזמינות 24 שעות ביממה במקרי חירום.

חברי הקהילה זכאים לבחור שני שירותים מהרשימה הבאה:

- 1. לחצן מצוקה וחיבור למוקד רפואי** - בלחיצת כפתור נוצר קשר עם מוקד חירום המפעיל מיידית שרות רפואי (אחות, רופא או אמבולנס). התקנת המכשיר, האפליקציה בנייד וחייוש היד הינם ללא תשלום נוסף או פיקדון. ייעוץ רפואי חינם. עלות ביקור רופא היא 25 ₪ בלבד. שירות הרמה (לאחר נפילה) ללא תשלום נוסף. במידה ואין אשפוז בעקבות פינוי באמבולנס, השתתפות עצמית בסך 25 ₪ בלבד.
- 2. ארוחת צהרים במרכז יום שלהב"ת** - 6 ארוחות בשנה.
- 3. חוג אחד בשבוע במרכז יום שלהב"ת.**
- 4. הרצאות בקתדרה (מכללה) של שלהב"ת** - 6 הרצאות בשנה.
- 5. קונצרטים במסגרת החוג להאזנה קלאסית** - 6 קונצרטים בשנה.
- 6. הבאת תרופות מבית מרקחת** - אחת לחודש.
- 7. פדיקור רפואי** - אחת לרבעון (השתתפות תשלום של 20 ₪ במרכז יום / 50 ₪ בבית).

עלות חודשית: 130 ₪

זכאי חוק סיעוד, תמורת חצי שעת סיעוד שבועית, ניתן להצטרף לקהילה התומכת.

עלות לזכאי משרד הרווחה ולניצולי השואה: 25 ₪ בלבד.

להצטרפות וברור פרטים ניתן לפנות:

דוא"ל: shalhevet.kehyla@gmail.com

רכז הקהילה התומכת: משה אמסלם 052-2974185

אם קהילה: סילווי סבו 052-3707767

ארוחות חמות:

מרכז היום מציע לאזרחים הוותיקים בקרית טבעון ארוחות חמות. ניתן לאכול ארוחת צהרים במרכז יום (בשעה 12:30, בתיאום מראש ובתשלום). כמו כן, ניתן לרכוש ארוחות חמות לבית. נציג העמותה ידאג להביא את הארוחה לבית הלקוח.

במרכז נמצאת יחידה מוגנת:

מתקבלים ליחידה אנשים הזקוקים להשגחה צמודה וטיפול יום יומי. גם הם נהנים ממרב השירותים והפעילויות הניתנים ע"י צוות מקצועי בעל ניסיון רב. היחידה נבנתה בסגנון ביתי מודרני, המקום מצויד, מאובזר ונעים לשהות בו. ביחידה מרפסת נעימה, חדר מנוחה ושירותים צמודים.

שירותים נוספים במרכז יום:

- ♥ אחות מוסמכת ועובדת סוציאלית.
- ♥ שירותי מספרה, פדיקור ומניקור במחירים מוזלים.

כתובת וטלפונים ליצירת קשר:

מנהלת המרכז: נטשה שטיין 050-2148853

רח' סמטת הלבנה 2, קריית-טבעון

טל': 04-9833255 | פקס: 04-9832743

דוא"ל: myom.tivon@gmail.com

מרכז יום הוא מסגרת חצי יומית למבוגרים הפועלת חמישה ימים בשבוע מהבוקר ועד הצהריים.

הוקם כמקום מפגש רב תחומי הנותן מענה חברתי ובריאותי במטרה לשפר את איכות החיים של כלל האוכלוסייה המבוגרת בקרית טבעון וסביבתה. המבקרים נהנים מהסעות הלך חזור, ארוחות בוקר וצהריים ומגוון רחב של חוגים: ציור, מלאכת יד, קרמיקה, פעילות גופנית הכוללת: התעמלות, טאי צ'י, יוגה וחדר כושר מצויד. בנוסף, המבקרים נהנים ממגוון הרצאות בנושאים שונים כמו היסטוריה, אומנות, תנ"ך, אקטואליה ועוד.

איזו פעילות יפה, אז איך מצטרפים למרכז יום?

זכאי חוק סיעוד: בעבור 2-2.75 יחידות שבועיות ניתן ליהנות מיום פעילות של במרכז יום.

מי שאינו זכאי לחוק סיעוד, יכול להצטרף בתשלום של 145/200* ש"ח ליום (הנחה עם הגעה עצמית).

קיימת אפשרות לקבל סיוע במימון השהות מהמחלקה לשירותים חברתיים במועצה המקומית.

* עלות תלויה במצב תפקודי וקוגניטיבי.



טבלת פעילות מרכז יום רב תחומי עמותת שלהב"ת

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	
מלאכת יד	מלאכת יד	מלאכת יד	מלאכת יד	מלאכת יד	8:00-12:15
פסיפס דליה גונן 8:45-10:45	קרמיקה אברהם פלד 9:00-12:00		קרמיקה אברהם פלד 9:00-12:00	ציור לובה גורביץ 10:30-12:30	
ליווי רוחני עפר אלעד	התעמלות למוח יגאל אורן	הרצאות בנושאים שונים	מטיילים בערי אירופה אלה בר-מסדה	ליווי רוחני עפר אלעד	9:15-10:00
יוגה לליב	אגדות חז"ל צביה כפיר	מוסיקה ותנועה יעל קריב	טאי צ'י מיכה בן נעים	התעמלות אולגה מרקוס	10:30-11:15
פרשת השבוע אודי ליניאל	מוסיקה ותנועה יעל קריב			סיפור ושירה דינה חייקין	11:30-12:15



זכויות חברי שלהב"ת:

- השתתפות בפעילויות הקבועות בעמותה.
- הנחה בבתי עסק בטבעון ובסביבה.
- לבחור ולהיבחר למוסדות העמותה.
- השתתפות באסיפה הכללית של העמותה.

החזרים כספיים:

החזר / זיכוי תשלום בגין היעדרות בחוגים ובקורסים שנתיים החל מחודש

ומעלה ברציפות (לא יינתן החזר בגין היעדרות ממפגש בודד).

ביטול השתתפות בקורס / חוג - דמי חבר לא יוחזרו.

העמותה מציעה מגוון רחב של חוגים והרצאות בשעות הבוקר ואחר הצהריים.

- פתיחת שנת הלימודים במכללה: יום ראשון 3.9.23 ו"ז באלול תשפ"ג.
- עלות הרצאה (למעט קורסים וחוגים ספציפיים - פירוט בחוברת): כניסה בודדת: 50 ₪.
- כרטיסייה (16 כניסות): 640 ₪ (40 ₪ להרצאה).

ניתן להשתמש באותה כרטיסייה להרצאות בקורסים שונים.

- תשלום לקורס במכללה החל מהמפגש הראשון.
- מי שרוכש כרטיס בודד לשיעור, סכום זה יזוכה בעת רכישת כרטיסייה.
- תשלום לחוג - 6 חודשים מראש.
- תנאי לפתיחת קורס או חוג הוא מספר משתתפים מינימלי.
- השתתפות בפעילויות העמותה הקבועות (חוגים ומכללה) מחייבת תשלום דמי חבר לעמותה בסך 60 ₪ (תשלום חד-פעמי שנתי).

קבוצות מטיילים (מצטרפים חדשים מתבקשים ליצור קשר עם רכז הקבוצה)



קבוצה	יום	רכז	שם הקבוצה	עלות
קבוצת מטיילים "גלים"	א	אמי אברבך 052-2827106	גמלאים מטיבי לכת	שנתי: 600 ₪
קבוצת מטיילים "גאל"	ה	שולה נחמיאס 052-3209184	גמלאים אוהבי לכת	שנתי: 600 ₪
מועדון גר"א 22-23	ב, ג, ו	אביהו שי 050-3080806	גמלאים רוכבי אופניים	ללא עלות
מועדון גר"א - סירת הרוכבים	ו	שרה טלמן 052-5099444	גמלאים רוכבי אופניים	ללא עלות

חוגי העשרה ושפות

חוגי העשרה	יום	שעה	מרצה	תוכן	עלות
סדנת כתיבה	א	17:00	הילה יוסף 052-6282782	"קשרים" לחיזוק שריר הכתיבה, בנושא קשרי חיים, שייכות, בית ויחסים.	לסדנה - 725 ₪ (9 מפגשים) מול המנחה. החל מ-15.10
חבורת הזמר שלהב"ת רון	א	18:45	רכז: יורם גרזון 050-7954934	שירי ארץ ישראל בניצוחו של יפתח גרשון.	חודשי - 150 ₪
חוג מקרמה	ד	9:00	רעות אתרוגי 054-6754050	מלאכת היד העתיקה חזרה לאופנה! אין צורך בידע קודם. תשלום מול המדריכה.	למפגש - 70 ₪ ברכישת כרטיסייה של 10 שיעורים.
קורס רדיו ופודקאסטים	ב	17:00	מיכל אבן	ללמוד את מקצועות הרדיו ולהתחיל לשדר חומרים מהבית וממחזור. אין צורך בניסיון קודם.	לסמסטר - 700 ₪ (14 מפגשים)
פיסול בעיסות נייר בשילוב גבס ובטון	ג	16:30	מאור טולדו	ניתן לבנות גם מוצגים לגינה עמידים בגשם שימוש בטלפון הנייד לצורך יצירת תמונת השראה משולבת טקסט, תרגילי צילום סיטואציות ועוד.	חודשי - 200 ₪
סדנת פוטותראפיה	ג	17:00	שחר עדי	זוכרים שניגנתם פעם חלילית בכיתה א'??? - מוזמנים להיזכר ולנגן יחד, מההתחלה...	לסדנה - 650 ₪ (14 מפגשים)
אנסמבל נגני חליליות	ד	16:00	טובה רשף	יצירה בזכוכית ובבדיל וציור על זכוכית. מתאים לכולם. אין צורך בניסיון מוקדם בתחום.	חודשי - 240 ₪ מפגש ראשון ביום ד, 11.10.
אומנות הזכוכית והבדיל (ויטראז')	ד	16:30	עמנואל זוהר		חודשי - 90 ₪
חוג ציור	ה	16:30	לובה גורביץ		חודשי - 170 ₪
929 - לימוד סוגיות בתנ"ך (פעם בחודש)	ה	10:30	שמעון סנה	פרקי מחשבה והגות מהתנ"ך עם משמעות אקטואלית.	כניסה חופשית
שפות					
ספרדית (מתחילים/ מתקדמים)	א	9:00/11:00	אינס נדלמן 050-6956305	מדברים מהשיעור הראשון. פרטים נוספים: http://www.sfaradit.co.il	שיעור ניסיון. עלות בתיאום עם אינס מפגש ראשון ביום א', 8.10
ערבית (לפי רמות)	ב	בוקר	רכז: גדי בתר 054-6416840	לימוד השפה הערבית המדוברת בחיי היום יום.	לשנה-1440 ₪ (32 שיעורים)
יידיש - כל העולם במה	ג	11:30	מירי רגנדורפר	לימוד שפת היידיש דרך שירים, פזמונים, פרזות ומחזות.	לשנה-1360 ₪ (34 שיעורים)
גרמנית (מתחילים/מתקדמים)	ד	11:00/12:30	רינת דוברט	עם מורה לגרמנית מזה 25 שנה.	כרטיסייה (10 כניסות) 200 ₪
איטלקית (מתחילים/מתקדמים)	ד	10:30	פייטרו קונטי	לימוד איטלקית ע"י מורה מוסמך, בעל ניסיון רב.	לשנה-1200 (30 שיעורים)
אנגלית (לפי רמות)	ה	בוקר	גור ברקאי	תרגול שיחות שימושיות ושיפור השפה.	לשנה-1400 ₪ (35 שיעורים)

מכללה וחוגים - מערכת שבועית

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי
<p>לימודי תנ"ך עכשיו ד"ר חנה כהן ידען</p> <p>ספרדית אינס נדלמן</p>	<p>ערבית מתחילים גור ברקאי</p>	<p>אדריכלות רן שהם</p> <p>מועדון ברידג'</p>	<p>רואים עולם מרצים שונים</p> <p>מקרמה רעות אתרוגי</p>	<p>אנגלית מתחילים/מתקדמים גור ברקאי</p>
<p>תולדות הקולנוע ארז בר</p>	<p>אקטואליה ופוליטיקה עמוס דותן</p> <p>ערבית מתקדמים גור ברקאי</p>	<p>יידיש כל העולם במה מירי רגנדורפר</p>	<p>איטלקית פייטרו קונטי</p> <p>גרמנית רינת דוברט</p>	<p>לימוד 929 שמעון סנה (פעם בחודש)</p>
<p>הפרלמנט בראשון מרצים שונים</p> <p>סדנת כתיבה הילה יוסף</p> <p>חבורת הזמר שלהבת רון (18:45)</p>	<p>מפגשי ספרות טלי גבע (15:45)</p> <p>קורס רדיו ופודקאסטים מיכל אבן</p> <p>האזנה מוזרכת למוסיקה קלאסית מרצים שונים</p>	<p>סדנת פוטוראפיה שחר עדי</p> <p>סדנת עיסת נייר מאור טולדו (16:30)</p> <p>קיקו משחק חברתי רחל לוי</p>	<p>אנסמבל נגני חליליות טובה רשף (16:00)</p> <p>אומנות הזכוכית והבדיל - ויטראז' עמנואל זוהר</p> <p>חוג סריגה דפנה אהרוני</p>	<p>ציור לובה גורביץ' (16:30)</p>

קורסי המכללה



קורסי מכללה וחוגי העשרה	יום	שעה	מרצה	הסבר קצר
ללמוד תנ"ך עכשיו	א	9:00	ד"ר חנה כהן ידען	בסמסטר א' - קורס מנהיגות ומנהיגים בסמסטר ב' - חיי היום יום במקרא
תולדות הקולנוע - במסע הקסם ואבני הדרך הקולנועי	א	11:00	ארז בר	סוגיות נבחרות בהתפתחותו של הקולנוע, מימי הסרט האילם ועד ימינו.
אקטואליה והיסטוריה	ב	11:00	עמוס דותן	עידן של מהפכות היסטוריות- ישראל והעולם בתקופה חדשה.
האזנה מודרכת למוסיקה קלאסית	ב	17:00	מרצים שונים	מפגשי האזנה לקונצרטים והרצאות בתחומי המוזיקה הקלאסית עם: ולדימיר שמולנסון, נגה ישורון, ד"ר מוטי אדלר, חובב בן-סעדיה ועוד.
תרבות ואדריכלות במאה העשרים	ג	9:00	רן שהם	דיון במושגים: פוסטמודרניזם, ריאקציה, דהקונסטרוקטיביזם. הייטק. אדריכלות ירוקה, ברת קיימא ועוד.
רואים עולם	ד	9:00	מרצים שונים	הרצאות על מסעות, מקומות ותרבויות ברחבי העולם.



הכניסה לקורסי המכללה - באמצעות כרטיסייה (בעלות 640 ₪, 16 כניסות)
או כניסה חד-פעמית בעלות 50 ₪
האזנה מודרכת למוסיקה - באמצעות כרטיסייה (בעלות 450 ₪, 10 כניסות)
או כניסה חד-פעמית בעלות 55 ₪

חוגי התעמלות

עלות	תוכן	מנחה	שעה	יום	חוג
כרטיסייה (10 מפגשים) 400 ₪	לעמוד השדרה, למפרקים ולשרירים	ד"ר אורלי פלטנר	8:15	א, ג, ה	התעמלות בריאותית
כרטיסייה (10 מפגשים) 300 ₪	חיזוק ושיפור הזיכרון שיווי המשקל	צילה הברמן	9:30	א	יוגה קוריאנית
כרטיסייה (10 מפגשים) 400 ₪	תחזוקת הגוף בצורה עדינה ומקיפה	דניאל גרוס	10:30	א	התעמלות על כיסאות
כרטיסייה (10 מפגשים) 400 ₪	בניית מודעות וארגון תנועת, איכותי ומיטיב	דניאל גרוס	11:30	א	פלדנקרייז
חודשי: 100 ₪	פעילות גופנית וחברתית	רכז: חנן שטיין 054-4260688	בוקר / אחה"צ	כל השבוע	טניס שולחן
חודשי: 300 ₪ (פעמיים בשבוע) חודשי: 160 ₪ (פעם בשבוע)	מיועד לגברים ולנשים. (הליכה הנתמכת באופן אפקטיבי בשני מקלות.)	הלה קובר	7:00	ב, ג	הליכה נורדית
חודשי: 350 ₪ (פעמיים בשבוע)	יוגה על המזרן לחיזוק חודשי: 200 ₪ (פעם בשבוע)	הילה יוסף	7:30	ב, ד	יוגה וגמישות הגוף
כרטיסייה (10 מפגשים) 400 ₪	תנועה, יצירה והבעה עם הגוף בליווי מוסיקה	מיה בקר	8:50	ד	קבוצת מחול
חודשי: 200 ש"ח	לימוד ריקודים סלונים באווירה כייפית: טנגו, וולס, רומבה, מרנגה ועוד.	טל פלד	11:00	ה	ריקודים סלונים
תשלום מול המדריכה	מפגש חוויתי המשלב לימוד אנטומי, תרגול יוגה ותנועה מודעת.	עדנה לב ארי 054-6695185	9:00	ה	יוגה דאנס

עלות חודשית	תוכן	מנחה	שעה	יום	חוג
פעם בשבוע: 100 ₪ פעמיים בשבוע: 170 ₪ 3 פעמים בשבוע: 220 ₪ 4 פעמים בשבוע: 260 ₪	התעמלות המשלבת פעילות על מכשירים לצד פעילות קבוצתית מודרכת בקבוצות קטנות	אייל ישראלי	בוקר / אחה"צ	א	מועדון בריאות וכושר
		נדב שאנן	בוקר	ב	
		אולגה מרקוס	בוקר	ג	
		אייל ישראלי	בוקר / אחה"צ	ד	
		נדב שאנן	בוקר	ו	



חוגי התעמלות - מערכת שבועית

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי
מועדון בריאות וכושר אייל ישראלי	מועדון בריאות וכושר נדב שאנן	מועדון בריאות וכושר אולגה מרקוס	מועדון בריאות וכושר אייל ישראלי	יוגה דאנס עדנה לב ארי	מועדון בריאות וכושר נדב שאנן
התעמלות בריאותית ד"ר אורלי פלטנר	הליכה נורדית הלה קובר	התעמלות בריאותית ד"ר אורלי פלטנר	יוגה הילה יוסף	התעמלות בריאותית ד"ר אורלי פלטנר	טניס שולחן
	יוגה הילה יוסף	הליכה נורדית הלה קובר			
יוגה קוריאנית צילה הברמן			קבוצת מחול מיה בקר	ריקודים סלונים טל פלד	
התעמלות על כיסאות ופלדנקרייז דניאל גרוס	טניס שולחן	טניס שולחן	טניס שולחן	טניס שולחן	
מועדון בריאות וכושר אייל ישראלי	טניס שולחן	טניס שולחן	מועדון בריאות וכושר אייל ישראלי		
טניס שולחן					

מועדונים חברתיים ושירותים נוספים בשלהב"ת

מועדונים חברתיים בשלהב"ת	יום	שעה	הסבר קצר	רכז/ת פעילות	עלות
הפרלמנט	א	17:00	הרצאות על נושאים מקומיים וארציים ע"י מרצים שונים	יעקב שורר	כניסה - 20 ש"ח
מפגשי ספרות	ב	16:00	מפגשים לעיון ביצירות מן הספרות העברית, קריאה משותפת ושיחה.	טלי גבע	כניסה - 10 ש"ח
ברידג'	ג	9:30	ברידג' מתקדמים	יעקב בן מרדכי: 052-3361579	בתיאום עם יעקב
	ד	16:30	ברידג' מתחילים	מלכה הדרי: 052-8635879	בתיאום עם מלכה
קבוצת סורגות מתנדבות	ד	17:00	הקבוצה נפגשת לסריגה משותפת של מוצרים מצמר הנמסרים בתרומה לגופים וארגונים	דפנה אהרוני: 054-9524178	
קהילות נכחדות (פעם בחודש)	ד	17:00	סדרת הרצאות בנושאי זיכרון ושואה	רחל גדות: 052-3744697 זהבה לרון: 054-5544008	כניסה - 30 ש"ח
מועדון מחשב לכל גיל			במועדון ניתנת הזדמנות לרכוש ניסיון ומיומנויות שימוש במחשב, בסמארטפון ובטאבלט. ההדרכה פרטנית, מותאמת לקצב, ליכולת ולרצון הלומד	חנן שטיין: 054-4260688	כרטיסייה (10 שיעורים) 300 ש"ח
טלוויזיה קהילתית			צילום ועריכה במצלמה ובנייד של אירועים, כתבות וסרטים	חנן שטיין: 054-4260688	
הקשר הרב דורי - דיאלוג בין דורי וחוויה ערכית משותפת לדור הצעיר ולדור המבוגר.			יחד, תוך למידה משמעותית, האזרח המבוגר והתלמיד מתעדים באמצעים טכנולוגיים את סיפור חייו של המבוגר ומעלים אותם למאגר סיפורי מורשת באינטרנט	גילה גייער (ניתן לפנות למזכירות העמותה)	
מועדון הסרט התיעודי (פעם בחודש)	ה	18:00	הקרנת סרטים תיעודיים ודוקומנטריים, פגישה ושיחה עם יוצרי הסרט		יעודכן בפרסום
קלאסי בשישי קונצרטים בימי שישי בבוקר בחיפה	ו'		לחברים ולחברות המשתתפים בשלהב"ת בקונצרטים בימי שני ב-17:00, מציעה התזמורת הפילהרמונית חיפה כרטיסים בהנחה	מרים ראון: 054-8035844	הסעה לקונצרטים בעלות נוספת של 200 ש"ח (לכל העונה)
מספרה			תספורות, תסרוקות, צביעת שיער ועוד.	שושנה: 052-8615970	בתיאום עם שושנה
התאמת פאות לנשים חולות סרטן			הסניף הצפוני של עמותת פ.ל.א (פאה לכל אישה)	שושנה: 052-8615970 רותי לבנון: 052-3241796	ללא עלות
מניקור, פדיקור מקצועי ורפואי ירחון "ניצוצות"			הטיפולים ניתנים ע"י פדיקוריסטית מוסמכת	רחל: 054-4417700	בתיאום עם רחל
			הירחון משקף את דופק חייה של העמותה ובאמצעותו מקבלים החברים מידע שוטף על פעילויותיה של שלהב"ת	גילה עמרי: 053-9187481 נאוה בולקא: 04-9832923	

שבת בשלהב"ת

תשלום	רכז פעילות	הסבר קצר	שעה	שבת בשלהב"ת
50 ש"ח	אבי צור 052-5802821	שירה בציבור של שירי ארץ ישראל מוכרים ואהובים	19:30/20:00	ערב זמר
30 ש"ח	זאב מזור 054-4776131	הקרנת קונצרטים על מסך גדול עם מערכת שמע מעולה, המעניקים לצופים ולמאזינים חווית אולם קונצרטים	19:00	קונצרט ערב מוקרן "לראות את המוסיקה"
25 ש"ח	יעקב שורר 054-5749279	ספור חיים מעניין מפי אורח השבת, שזורים בליווי אומנותי	11:00	שחרית שבת

אחת לחודש - עקבו אחר הפרסומים

בית התוכנה והמחשב טבעון 10 בע"מ



**שרות תיקונים, רשתות
מכירת מחשבים, מדפסות,
ראשי דיו, טלפונים סלולרים
וציוד היקפי**

רחוב הבונים 2 קרית טבעון

טל. 04-9931670 פקס. 04-9530607

דורון שמואלי פנסיה ופינוסים



דורון שמואלי
סוכן פינוסים
סוכן ביטוח פנסיוני

- תכנון פינוסי וניהול השקעות.
- פטור ממס ריווחי הון לגמלאים.
- טיפול בתביעות ביטוחי בריאות.
- ביטוח נסיעות לחו"ל ללא הגבלת גיל או מצב רפואי.

דורון שמואלי 052-2668007 Barakdor@zahav.net.il

התנדבות

פעילות העמותה מתבססת על עבודת המתנדבים.

כ-140 מתנדבים בשלהב"ת בתחומים רבים, המסייעים בביצוע וארגון פעילויות קיימות. חלקם אף יצרו ובנו בעצמם תחומי סיוע, שהפכו גם עבורם למפעל חיים. בעמותה מגוון אפשרויות רחב להתנדב ולסייע בצורה פרטנית או כחלק מקבוצה לתושבים הוותיקים ביישוב. העמותה פועלת בתחום זה בשיתוף פעולה עם רכזת הקהילה וההתנדבות במועצה המקומית ק. טבעון, סילביה מרג'יה

מוזמנים לתרום מזמנכם וממרככם למען האחר!

לפרטים: 9535750 או 0543330575

חנה חונוביץ, רכזת מתנדבי שלהב"ת

שירותי ייעוץ לאזרחים ותיקים ובני משפחתם

אנשי המקצוע בעמותת שלהב"ת ישמחו לסייע ולכוון אתכם אל מול סבך האתגרים העומדים בפני האזרחים הוותיקים ובני משפחתם: אפשרויות הטיפול הביתי בקהילה, זכויות, מילוי טפסים, עובדים זרים, השמה בדיור מוגן ובתי אבות, תמיכה רגשית, חיבור למתנדבים ועוד.

לפרטים: 9535750

ייעוץ לפרישה לגמלאות

רכז פעילות: רון כספי

טלפון 052-3793203

דוא"ל: roncaspi2@gmail.com

מבוגרים העומדים בפני פרישה מלאה או חלקית מהעבודה או כאלו שפרשו בשנים האחרונות ומבקשים ייעוץ ו/או ליווי בסוגיות הקשורות לפרישה, מוזמנים ליצור קשר. הייעוץ בהתנדבות במסגרת צוות מיצוי זכויות בשיתוף המועצה המקומית קריית טבעון.

קבוצת תמיכה בבני משפחה מטפלים

רכזת פעילות: עו"ס נגה טלטש בצלאל

טלפון 04-9537179

דוא"ל: os4@kiryat-tivon.muni.il

כניסה לתפקיד של בן משפחה מטפל היא אירוע משנה חיים, בו אתם נדרשים, ללא כל הכנה מוקדמת, לפתח מיומנויות חדשות. חשוב להיעזר ולקבל תמיכה והכוונה, כמה שיותר מוקדם למען עצמנו ולמען האדם היקר לנו.

במהלך השנה מוקמות בשיתוף המחלקה לשירותים חברתיים במועצה המקומית קריית טבעון קבוצת תמיכה לבני משפחה שמסייעות מבחינה רגשית להתמודד עם התפקיד החדש וכן לסייע בקבלת מידע ומיצוי זכויות.



שירותים נוספים לחברי עמותת שלהב"ת



ספרייה קהילתית בשלהב"ת

רכז פעילות: רון כספי

טלפון 052-3793203

דוא"ל: roncaspi2@gmail.com

אוהבים לקרוא? רוצים לתרום ספרים?

הספרייה פתוחה 24 שעות, נגישה ומוארת בלילה.

נמצאת בחצר שלהבת ברחוב אורנים 27

ומציעה בהשאלה ללא רישום, אלפי ספרים בעברית, בקטגוריות הבאות: סיפורת, ספרי עיון, ילדים ונוער. כלל הציבור בקרית טבעון מוזמן לשאול ספרים ולתרום ספרים בעברית שהודפסו ב-30 השנים האחרונות ובמצב טוב. בבקשה לא להביא אנציקלופדיות, מילונים, ספרי לימוד וכתבי עת. הספרייה מופעלת ע"י מתנדבים.



חברים לרפואה - איסוף תרופות עבור נזקקים

לכל אחד מאתנו נשארות בבית תרופות שאין לנו צורך בהן יותר, הן יכולות להציל חיים ולשמש אנשים שידם אינה משגת לרכוש.

אנו קוראים לתושבי טבעון והסביבה לאסוף את התרופות, כולל אלו שפג תוקפן, ולהעבירן למרכז היום (חדר אחות) או המזכירות. אנו נדאג להעבירן למוקד איסוף של ארגון "חברים לרפואה".

הארגון ממיינ את התרופות, באמצעות רוקחים מוסמכים, ומעביר אותן לאלפי חולים השרויים במצוקה כלכלית.

רכז הפרויקט: דוד כץ, 050-6263109.



אתם תיהנו מהחיים,
אנחנו נדאג לכל השאר!

הטבות ייחודיות למצטרפים עכשיו
04-9039000

דיוור מוגן יוקרתי



דור טבעון
דיוור מוגן יוקרתי כולל חיילי

דואגים לטוב ביותר עבור המטופל



שירות וטיפול לזכאי
הקרן לרווחת
נפגעי השואה



שירות וטיפול לזכאי
חוק סיעוד מטעם
המוסד לביטוח לאומי



שירות טרום סיעוד
למועמדים לחוק סיעוד
ללא עלות



ייעוץ והשמה
בבתי אבות



ייעוץ והכוונה
למימוש זכויות
בגיל השלישי



שירותי השגחה
בבתי חולים וטיפול
באופן פרטי



הבאה והשמה של
עובדים זרים ממגוון מדינות,
דוברי מגוון שפות

סניף קרית טבעון:

רח' החורש 56, קרית טבעון. טל' - 073-2494444 פקס - 04-9931112

סניף חיפה: החלוץ 55. טל' - 04-8666633 פקס - 04-8665944

סניף הקריות (סניף ראשי): רחוב הגפן 2, ק.ביאליק. טל' - 04-8712222 פקס - 04-8733491
| חיפה | נצרת | נהריה | כפר סבא | פתח תקווה | קרית ים | מגדל העמק | כרמיאל

נשמח לעמוד לשירותכם 052-3230133 | *2394 | 1700-708-778

info@m.s.d.co.il | www.m-s-d.co.il