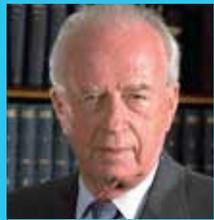


נובמבר - דצמבר 2022

במרכז בועז

בשעה 10:00 - ללא תשלום

סודיו אלון אור



6.11 יצחק רבין: "במילותיו שלו"

סרט תיעודי מרתק לציון זכרו. בשילוב חומרי ערכיו נדירים, קטעי אודיו, מכתבים ותמונות. נדגים בפני הצופה את סיפור חייו מילדותו כבן למנהיגי פועלים, טרם הקמת המדינה, דרך השינוי שהפך אותו לאיש צבא ומנהיג העם.

6.11

7.11 הרצאה בנושא: דואר היהודים. בשעה: 10:30

מה היה הדואר הסודי של הקהילות היהודיות? ממערב אירופה ועד למדינות פרס.

7.11

13.11 יום הסכרת הבין לאומי

הרצאה בנושא: סכרת ויתרונות פעילות גופנית לאדם

בשעה 10:00 מרצה: אלינה ברגר פזיוטרפיסית מוסמכת ע"י קופת חולים כללית

הרצאה בנושא: סכרת על מחלת הסכרת והטיפולים וכיצד ניצן לאזן אותה

בשעה: 11:15 מרצה: אח עידן לזר, בליווי מנהלת סניף קופת חולים לאומית התקווה

13.11



15.11 הרצאה "אהבות במקרא"

התנ"ך אינו כתוב כרומן ולא כתסריט של טלנובלה, למרות זאת ניתן למצוא בו לא מעט סיפורי אהבה במסגרת ההרצאה, נתחקה אחרי סוגי האהבות השונות ואולי נלמד מהי אהבה? עם: אשר גניש

במתחם מית"ר לחי 66

15.11



17.11 מקבלים את השבת באהבה

הפעם בשינוי מקום ממשיכים את המסורת הנפלאה שנוצרה בשכונה בחודשים האחרונים. תושבות ותושבים נפגשים לבוקר של מוסיקה, רוגע וקהילה. עם יותם מוהלר במתחם מית"ר לחי 66

17.11

לפרטים והרשמה: 03-6316164 / 03-7303935 • רחוב בועז 36

חפשו אותנו בפייסבוק "מרכז בועז לאזרחים ותיקים"



בר המחשבות

20.11

בציון יום הגבר הבינלאומי - במיוחד עבורכם גברים!
שתיה ומוזיקה טובה כולל אמן חושים מטורף! **במתחם מית"ר לחי 66**



דוכני מכירת בגדים לחורף

21.11

זה הזמן להצטייד בבגדי חורף
מותאמים לגיל השלישי



מופע להיטי כל הזמנים

22.11

עם **שאול חכם** **במתחם מית"ר לחי 66**



הרצאה בנושא מניעת נפילות, תזונה ופיזיותרפיה

29.11

בשעה 10:30 - 12:30

עם **הילה וקטיה** מנהלת סיעוד ואחות מרפאה



דוכני מכירת תכשיטים **בשעה: 10:30**

5.12

החורף הגיע ואיתו קולקציה חדשה מותאמת לצבעי העונה.



תחרות כישרונות שירה **בשעה: 12:00**

6.12

השירה היא בלבך ותמיד חלמת לשיר?
בואו לשמוח, להפגין ולהפתיע ביכולות השירה שלכם



אימפרוביזציה בתנועה

6.12

מופע אילתור, הוא צורה של יצירה באמנות, או אמנות בפני עצמה.
מהותו של האלתור היא המצאה וחשיבה מהירה, שהרי האלתור
הוא המצאת היצירה תוך כדי ביצועה. לגיל השלישי. עם **עתליה**

מפגש תיאטרון חוויתי

11.12

לכבוד יום השוויון הבינלאומי בשיתוף קבוצת תיאטרון של המרכז לחיים עצמיים:
מרכז שפועל להקמת קהילה לשיפור חיים של אנשים עם בעלי מוגבלויות



גם אתם יכולים לחגוג חנוכה במופע מיוחד, מגבש ושמח!

19.12

בתכנית: מופע מוזיקלי, הדלקת נר שני, דברי ברכה,
חלוקת סופגניות עם **שלומי אסף**



הממלכה היהודית האחרונה

12.12

ממלכת החשמונאים עד להקמת מדינת ישראל
לכבוד חנוכה. הרצאה עם **עמונואל דודאי**

18-25.12 | הדלקת נרות חנוכה כל יום בשעה 10:00





מופע ריקוד חווייתי

13.12

היפ הופ סגנון ריקוד ברייקדנס שיקפיץ אתכם עם אנרגיות מדהימות המותאמות לגיל השלישי. מומלץ להגיע בבגדים נוחים ונעלי ספורט. עם **גאבו**



שירה בציבור וקריוקי בשעה: 16:30

14.12

שילוב סגנונות שירה ממיטב הרפרטואר הישראלי בלהיטים חדשים וישנים.
בשיתוף נוער מתחם מיתר וחברי המרכז



הרצאה "האור שבי"

20.11

הרצאה מרתקת על נפש האדם עם האור הפנימי והאישי שבכל אחד. "האור הפנימי שלי, מאיר את ייחסנו עם הסביבה" עם **ענת בן דוד לכבוד חנוכה**



נחוגג נשף סיום שנה עם צילי הכלייזמר

27.12

הינו הרכב מוסיקלי המנגן מוזיקת נשמה יהודית טהורה. ייתקיים בשלוחה בגן, רחוב הורד 7 תל אביב

ניגונים לשבת עם שמוליק נדל

29.12

ניגונים חגיגיים לכבוד שבת קודש



ממשיכים עם טיולים מיוחדים והפעם...

יציאה בשעה: 11:00

סיור חנוכיות בצפת

מתחילים בעמק יזרעאל ונבקר בישובים היסטוריים מול נופיה היפים של ארץ ישראל. בהמשך נגיע לעיר צפת הקסומה. נטייל בסמטאות עתיקות, נבקר בבתי כנסת ונשמע סיפורים על העיר. במיוחד בימי החנוכה המאירים בהם אור הנרות והחנוכיות המבצבצות מרפסות הבתים.

מחיר: **220 ש"ח**
כולל אוטובוס תיירותי ומדריך מורשה

15:00 ארוחת צהרים בקיבוץ עמידר
17:30 נצא לסיור מודרך בעיר העתיקה בצפת
22:00 חזרה משוערת



חדש

ימי שני

פילאטיס

בשעות: 11:30 - 12:30
ברחוב האצ"ל 47, עמ: אפרת

ריקודי מחול מודרני

בשעות: 09:30 - 12:30
ברחוב האצ"ל 47 עמ: אטליה

היפ הופ

סגנון ברייקדאס
מיוחד לגיל השלישי עמ: גאבו

תרפיה בתנועה

בשעות: 10:30 - 11:30
ברחוב האצ"ל 47, עמ: ליאב



The Groove DANCEfloor

חווית הריקוד "גרווב דאנס פלור" הינה קבוצתית אינטראקטיבית ויצירתית עם מוזיקה נהדרת, תוך כדי בחינת מגוון סגנונות וז'אנרים. אנו מעודדים אותך ליהנות ולהרגיש טוב בגופך, בכל שלב בדרך. המתכון המושלם לטפח את הגוף, הנפש, הלב והנשמה שלך.

ימי ראשון, בשעה 08:00 בבוקר
עמ: אני אולגה צירנומיס

מגמת ספרות ובניית ציפורניים

בשיתוף בייס מפתן אלון
מחירים מוזלים

ארוחת שישי

אחת לחודש נקיים ארוחת שישי מלאה
ונקבל את השבת בזמירות ודברי תורה.

קבוצת הליכה רגלית בגן התקווה

כחלק מחזון המרכז לשמירה על בריאות ואורח חיים ניפגש כל יום להליכה רגלית מסביב לגן התקווה ונסיים בפיקניק כייפי בגן בשיתוף תלמידי בייס הגליל התקווה.

קבלת שבת

ימי חמישי קהילתי, אחת לשבועיים
נפגש לבוקר שירה והרבה כיף
עם כיבוד קל בליווי פסנתר



21.11 - דוכן מכידה בגדי חורף | 19.12 - דוכן מכידה תכשיטים
26.12 - דוכן מכידה מוצרי בית | 26.12 - סדנת סמארטפון במימון מלא
ימי רביעי בשעות: 09:00 - 12:15 רחוב הלחי 66 - מחלקת אחווה

לפרטים והרשמה: 03-6316164 / 03-7303935 • רחוב בועז 36

חפשו אותנו בפייסבוק "מרכז בועז לאזרחים ותיקים"