

חזיבורים קהילה

שמצמיח

חוברת פעילות שנתית • תשפ"ז 2026-2027

שנת תשפ"ז נפתחת עם תקווה גדולה לשנת שגרה, עשייה מחזקת וחיבורים שמצמיחים קהילה.

המרכז הקהילתי שלנו מהווה עוגן חינוכי, תרבותי וחברתי, וממשיך גם השנה להתרחב, לחדש ולהתאים את פעילותו לצורכי התושבים - ילדים, נוער, משפחות, צעירים וותיקים. ברוח "ואהבתי", זיהינו צרכים שעלו מן השטח באמצעות שיח עם הנהגות היישובים ותושבים מכלל המועצה, ומתוכם בנינו מגוון רחב של חוגים, פעילויות וסדנאות המוצגים בחוברת זו.

החיבורים שנוצרים בין אנשים, בין יישובים ובין דורות הם הלב הפועם של הקהילה שלנו. זוהי בחירה ערכית והיא מתאפשרת בזכות האנשים שמובילים את העשייה: תודה גדולה לרוני, מנהלת המרכז הקהילתי, ולצוות המקצועי כולו שפועל ללא לאות תוך רגישות וגמישות אין-סופית. תודה לחברי הנהלת המרכז הקהילתי, לשותפים מכלל היישובים, ולכל מי שמאמין בכוחה של קהילה חזקה ופעילה.

כשאנחנו מחברים בין אנשים – אנחנו מצמיחים קהילה.

לכבוד,

ניצן פלג, ראש המועצה
אופיר שיק, סגן ראש המועצה
דודו ברגר, סגן ראש המועצה ויו"ר המרכז הקהילתי
נפתלי פרידלנדר, מנכ"ל המועצה



עם פתיחתה של שנת תשפ"ז, אנו ממשיכים לבחור בעשייה שמחברת בין אנשים, קהילות ויישובים. גם השנה נפעל ליצור שגרה משמעותית עבור כל תושבות ותושבי המועצה - ילדים, נוער, משפחות, צעירים וותיקים - מתוך הקשבה, התחדשות ורצון להרחיב את מעגלי העשייה המשותפת. ברוח "ואהבתי" נמשיך להוביל את פרויקט "חיבורים שמצמיחים קהילה", מתוך אמונה שמפגשים, שיתופי פעולה ועשייה משותפת הם הבסיס לקהילה חזרה, מחוברת וצומחת. זו הזדמנות להודות להנהלת המועצה ולהנהלת המרכז הקהילתי על האמון, השותפות והמחויבות לפיתוח העשייה הקהילתית, ולצוות המרכז הקהילתי - הלב הפועם של הפעילות - שפועל במסירות, במקצועיות ובאהבה למען תושבי המועצה. אני מזמינה אתכם לעיין בחוברת, לבחור את מה שמתאים לכם, לקחת חלק, להתנדב, להכיר אנשים חדשים ובעיקר - להיות חלק מקהילה שממשיכה לצמוח יחד.



רונת קוק

רונת קוק

מנהלת המרכז הקהילתי

חברי הנהלת המרכז הקהילתי

דודו ברגר - סגן ראש המועצה ויו"ר הנהלת המרכז הקהילתי

נפתלי פרידלנדר - מנכ"ל המועצה, מצפה נטופה

מורדי ביטון - מנהל מחוז צפון החברה למתנ"סים

אילה סיון בן יוסף - מנחה אזורית החברה למתנ"סים

שחר צור רויטמן - מנהלת אגף חינוך

דדי בן דוד - נציג מליאה, מצפה

שלום אשכנזי - נציג מילאה, קיבוץ לביא

ד"ר ערן טלאור - נציג מליאה, מסד

דריה דויטש - נציגת ציבור, בית רימון

אורון סמון - נציג ציבור, גבעת אבני

יערה גרינשפן - נציגת ציבור, כפר קיש

מיכל גביע - נציגת ציבור, שדמות דבורה

אהרון יצחק - נציג ציבור, ארבל

נתי רוזנצויג - יו"ר ועדת ביקורת, קיבוץ לביא

יפעת ניר - חברת ועדת ביקורת, שדמות דבורה

חזון המרכז הקהילתי

המרכז הקהילתי הגליל התחתון יתווה ויוביל את העצמת הקהילות והחוסן החברתי ביישובים תוך העשרת חיי הפרט, ויפעל ליצירת מפגש מחבר של הקהילה האזורית שיאפשר לכל תושב להרגיש משמעותי ושייך.

מנהלת המרכז הקהילתי - רוני קוך, שרונה

מנהלת מח' יישובים, פיתוח קהילתי וצרכים מיוחדים - בתיה חנניה, מצפה נטופה

מנהלת מרכז צעירים - נופר נוי קורן, לביא

רכזת חיילים משוחררים ומילואים - נוי נחום, גבעת אבני

מנהלת מח' ילדים ונוער - שיר כהן, בית קשת

מנהלת אדמיניסטרטיבית מח' נוער ורכזת להטב"ק - הילה גרינברג, כפר תבור

רכזת אשכול דתי ובני עקיבא - רני בגריש, שדה אילן

רכזת אשכול חילוני ונוער השומר - טלי אלפסי, שדמות דבורה

מנהל מח' ספורט - ארי מובסוביץ, שרונה

מנהלת מח' בלתי פורמלי - אילנה ברנר, דברת

רכזת חופשישי וחוגליל - טליה פרינס קרמר, בית רימון

מנהלת מח' אזרחים ותיקים - רות חקלאי מורי, כפר חיטים

מנהלת מח' תרבות - טל פלד הדר, שרונה

מתאמת אירועים - רון שליידר אוהד, בית קשת

מנהלת ספרייה אזורית - ניצן מונק, מסד

פרויקטור תכנית "ואהבתי" - בניה יהודה, מצפה נטופה



מזכירות המרכז הקהילתי וגביה - לימור דנמיאס, ארבל

מתאמת אירועים, מרכז תרבות גלילי - רוני עופר, כנרת

מנהלת כספים והנהלת חשבונות - רבקה שטרן, טבריה

רכז תפעול מרכז קהילתי - פז עפרוני, אילניה

רכז תפעול מרכז קהילתי - שי מלכה, טבריה

אם בית מרכז קהילתי - דליה שיבלי, שיבלי

שעות קבלה ומענה טלפוני במרכז הקהילתי

ימים א' - ה' | 8:00-16:00 | 04-6628374 | אתר המועצה www.glt.org.il



החזון שלנו

לבנות רשת של ערכות הדדית ואמון בין הקהילות השונות בשגרה ובחירום. לשתף פעולה כדי ליצור יחד ערך מוסף, חיבורים ויוזמות שעולים מהשטח. להרגיש גאווה גלילית משותפת, כך שכל תושב ותושבת יגבשו שייכות למרחב.

שבוע ואהבתי

אחרי הבחירות - מאגברין!

שבוע מועצתי המתמקד בחיבורים בין

הקהילות

הסודות של השכנים מתארחים בבתים

ולומדים דברים חדשים

קהילה מקצועית גלילית חיבור על בסיס

מקצועי ותחומי עניין משותפים

נתינה משותפת תוצר מפעילות בין יישובית

הנתרם לקהלים נבחרים

בשביל הגליל שיח על השביל במרחב בין

היישובים

תרבות של חיבורים מופע של עקיבא,

תיאטרון נשים "במערכה שנייה" ועוד

הכנסו והצטרפו להובלת היוזמות!

מה עשינו עד עכשיו?

- מכגש חיבורים - מנהלי מחלקות במועצה
- סיורי ותיקים ושיח מחבר
- מחנה סיירי הגליל
- קייטנות ואהבתי בחגים ובקיץ, שירת המונים
- מקצה קהילתי משפחתי בחצי מרתון התבור
- עולים לכיתה א' - פעילות מחברת בספרייה
- האקתון לבניית שבוע ואהבתי קהילתי
- מכגשי בני מצווה בין יישובים
- מגרשים מוארים - חיבור בין בני נוער
- טורנירים בין יישובים
- סיירת מתנדבי "שאגת הארז"
- מיתוג, שיווק והסברה בנושא



בתיה חנניה

מנהלת המחלקה
052-4490926
batyah@glit.org.il



ייעוד המחלקה

המחלקה מובילה תהליכי פיתוח ארגוני וקהילתי יחד עם המועצה והיישובים עצמם. המחלקה מקדמת שיתופי פעולה במרחב מתוך ראייה מערכתית. שותפים: הנהלת המועצה, ממלאי תפקידים במועצה, הנהגות יישובים, תושבים והחטיבה להתיישבות.

קורסים והכשרות מתוכננים

פורום הנהגות יישובים, מיועד לחברי ועדים מקומיים, חברי ועדי אגודות חקלאיות וחברי ועדי אגודות קהילתיות, אחת לרבעון.
פורום מנהלי קהילות, מיועד למנהלי הקהילות ביישובי הגליל התחתון.

תחומי הפעילות של המחלקה

- ליווי הנהגות היישובים והובלת פורום הנהגות היישובים
- ליווי והדרכת מנהלי הקהילות ביישובים
- הובלת פורום מנהלי הקהילות
- ליווי תהליכי צמיחה דמוגרפית ביישובים
- הקמת יישובים חדשים
- קורסים והכשרות למתנדבים ופעילים בתחומים שונים
- תהליכי בינוי קהילה ביישובים
- חיזוק הקשרים בין הנהגות היישובים והמועצה האזורית
- הובלת תכניות מנהיגות המחברות בין מגזרים וקבוצות



המחלקה רואה חשיבות רבה בהעלאת המודעות בציבור לכל נושא המענים בקהילה הרחבה ובישובים לאנשים עם מוגבלויות. חלק מהפעילויות מתקיימות בשיתוף אגף החינוך.

מועדון שחקים

ימי שני בשעות 17:00 עד 19:00, במרכז הקהילתי בכדורי.
מועדון שחקים מיועד לילדים שלומדים במסגרות החינוך המיוחד בתחומי המועצה האזורית ומחוצה לה, מכיתה א' עד י"ב. אליהם מצטרפים חונכים מיישובי המועצה ותלמידי תיכון "אדם ואדמה".
אחת לשבוע, נפגשים החניכים עם החונכים לפעילות חווייתית מגוונת ומהנה. יחד משחקים, מגלים יכולות חדשות ורוכשים חברים לחיים, והכל בחיוך ובחיבוק גדול.
<< לפרטים נוספים והרשמה: אפרת בן זאב 050-2777127

פברואר יוצא מן הכלל

חודש המודעות לנושא האנשים עם המוגבלויות.
מפגשים עם חברים בקהילה המתמודדים עם מוגבלויות שונות, עם חברים בקהילה שבני משפחותיהם מתמודדים וחברים בקהילה שעובדים בתחום במסגרות שונות. מיזמים של חשיפת הנושא לגילאים השונים בקהילה, הרצאות ומפגשים עם אנשים המציגים זוויות שונות של התמודדויות שונות.

קייצת כנפיים

מתקיימת מדי שנה בחודש אוגוסט, למשך שלושה ימים. בימי הפעילות נהנים החניכים מאטרקציות ופעילויות מהנות וחוויות ומקשר אישי עם החונכים והחונכות המסורים. על ימי הפעילות והתוכנית יוצאת הודעה בסמוך לפעילות.

מפגשי בוגרים

"עמותת לבב" פתחה את הסניף הצפוני אצלנו בגליל התחתון.
בני 18-29 מוזמנים להצטרף לפעילות שכוללת מפגשים חברתיים מדי שבוע, פעילויות וימי שיא ביחד עם סניפי העמותה בכל הארץ.
המפגשים מתקיימים במרכז התרבות האזורי בגבעת אבני.
<< לפרטים והרשמה:
בתיה חנניה 052-4490926



טל פלד הדר

מנהלת המחלקה
054-4262237
talph@glt.org.il



מחלקת התרבות פועלת לפיתוח, קידום והנגשת אירועי תרבות ויצירה במגוון תחומי האמנות, מתוך האמונה כי לתרבות יש תפקיד משמעותי בחיי האדם והקהילה, ובהתאם לתפיסת העולם שלנו "תרבות בונה קהילה".

פעילות המחלקה מתקיימת בשלושה ערוצים מרכזיים:

ביישובי המועצה לאורך השנה, בשיתוף פעולה עם ועדות התרבות ביישובים באמצעות קולות קוראים.

מרכז תרבות גלילי המרכז האזורי לתרבות של המועצה, בו מתקיימים לאורך השנה אירועי תרבות מגוונים.

אירועי הדגל של המועצה אירועי תרבות גדולים באמפי כדורי, לצד הפקות ואירועים ייחודיים המתקיימים ברחבי המועצה.

תרבות יהודית

המחלקה מובילה פעילויות ותהליכים ברוח היהודית, פועלת לקדם את המורשת היהודית לנחלת הכלל מתוך אמונה כי בכוחה של המסורת היהודית לחבר באחוזה את כל תושבי המועצה, בהבנה, שכל אדם יכול למצוא בתחום התרבות היהודית את מה שליבו חפץ. המחלקה מובילה את בית המדרש "רוח גלילית" הפועל בגליל התחתון, במפגשים דו שבועיים של לימוד תנ"ך ביחד לכלל האוכלוסייה.



מרכז תרבות גלילי

הצגות ילדים

הצגות ילדים ממיטב התיאטראות בארץ

מופעי מבוגרים

הצגות, מופעי שירה, סטנדאפ ועוד

"בקול רם" | ספריית כדורי

סדנת פואטרי סלאם (שירה מדוברת) בת 7 מפגשים בהנחיית תיאטרון 'האינקובטור' ובתמיכת מפעל הפיס. פרטים נוספים בקרוב!

"סדנת כתיבה" | ספריית כדורי

סדנת כתיבה בת 7 מפגשים, בהנחיית "הליקון" ובתמיכת מפעל הפיס פרטים נוספים בקרוב.



גלילוז" - להקה יצוגית

זאביק אלישע נוימן

ניהול מוזיקלי
052-3729178



להקת "גלילוז", הלהקה הייצוגית של הגליל התחתון, פועלת בהובלתו המוזיקלית והאומנותית של זאביק אלישע נוימן. 18 משתתפים (נגנים וזמרים) נפגשים מדי שבוע, עובדים על רפרטואר מוסיקלי במנעד רחב של סגנונות ועיבודים. הלהקה הופיעה השנה במספר פרויקטים מקומיים: "שרים וזכרים ביחד", להנצחת חללי הגליל התחתון, מופע במסגרת "אירועי קיץ", ומופע מקורי משולב עם תיאטרון הנשים וכן השתתפות בגמר תחרות להקות ארצית. להקת גלילוז מהווה חלק בלתי נפרד וחשוב בנוף התרבותי המועצתי.

תיאטרון נשים

עמית קם

ניהול מקצועי ובימוי
054-8030318



תיאטרון ייחודי, מרגש ומקצועי - בו פועלות שתי קבוצות: "עכשיו אני" ו"במערכה שנייה"

תיאטרון נשים קהילתי ומקומי המקיים מפגש שבועי סוחף, משחרר, משוגע ומעצים. המשתתפות לומדות באופן מקצועי את שפת התיאטרון והבמה, דרך עבודה על טקסטים, מונולוגים, תנועה, פיתוח קול, אימפרוביזציה ושירה.

שתי הפקות מקוריות בבימויה של עמית קם הועלו על הבמות השנה:

"כש ABBA פגש את מאמא", קבוצת "עכשיו אני".
"הפאב של פאני", קבוצת "מערכה שנייה".



ניצן מונק

מנהלת המחלקה
050-3802208
nitsanm@glt.org.il



הספריות מהוות מרכז תרבותי-חינוכי וחברתי ומקיימות פעילויות במגוון רחב של תחומי ידע, תרבות, יצירה, רוח ודעת, בדגש על שירות אישי לכל תושבי הגליל התחתון, לבילוי איכותי בשעות הפנאי. הספריות מציעות מגוון שירותים רחב ללא תשלום: פתיחת כרטיס קורא, שירותי השאלת ספרים מודפסים, דיגיטליים וספרי שמע, מרחב למידה ועוד. כמו כן, תוכלו למצוא בספריות האזוריות פעילויות איכותיות משפחתיות הכוללות מפגש חברתי, משחקי קופסא, הקראת סיפור, דפי צביעה, חידונים ועוד.

שלוחת גבעת אבני

במתחם בית הספר "עלי גבעה"
גילה ברוך | 04-6951645
ב', ג', ד' 15:00-19:00

שלוחה מרכזית בכדורי

ליד אולם הספורט בכדורי
עפרה שבא, יהל שחם ויגאל שמעון | 04-6628219
א'-ה' 8:00-13:30 | ב', ג', ה' 16:00-19:00

ע3ח

מסע בין סיפורים

השנה תושק תכנית חדשה שמטרתה לעודד קריאה בקרב ילדים, משפחות ומוסדות חינוך. התכנית כוללת אתגרי קריאה, שאלות ופעילויות. **עקבו אחר הפרסומים!**

תרבות בספרייה

פיציפור: תיאטרון סיפור לקטנטנים וקטנטנות
מתקיים לאורך השנה בשלוחות הספרייה וביישובים בהם יש ספריות יישוביות. גילאי 2+.

סיפור בתנועה

מתקיים לאורך השנה בשלוחות הספרייה וביישובים בהם יש ספריות. גילאי 3+.

"סיפורים נפגשים"

מפגשים עם סופרים, אנשי דעת ויוצרים, יתקיימו לאורך השנה בספריות האזוריות.



יוצרים, מדברים וכותבים בגליל התחתון

סדנאות כתיבה חד פעמיות ומתמשכות

למתחילים ומתקדמים | ספריית כדורי

מפגשים העוסקים בהכרות עם כלי הכתיבה השונים ומפגשים עם טקסטים בעזרתם תוכלו למצוא ולחדד את קולכם הספרותי הייחודי.

כתיבה אומנותית | מרכז תרבות גילי

מפגשי כתיבה מעמיקים לוותיקות וותיקים בקבוצה אינטימית, הנותנים כלים וביטוי לחוויות וזיכרונות דרך כתיבה אישית ומשותפת. שמונה מפגשים שנתיים, בהנחיית עידו רצון, עמותת הליקון.

"מילה במקום"

תחרות הכתיבה הארצית של עמותת הליקון, הבית לשירה בישראל.

התחרות שמה את המילה הכתובה של יוצרי ויוצרות הגליל התחתון בשירה ובסיפור הקצר על המפה הארצית. בשתי קטגוריות - נוער ומבוגרים.



יוצרים מהספרים | ספריות כדורי וגבעת אבני

אחת לחודש יתקיימו סדנאות יצירה בכדורי או בגבעת אבני. גילאי 12-3 בהתאם לפעילות.

מדע מהספרים | ספריית כדורי

סדרת מפגשים עם ד"ר דנה בלאט, במהלכם המשתתפים ייקחו חלק בניסויים מרתקים, יגלו את סודות מדע מהספרים, וילמדו להבין איך המדע עובד במציאות. גילאי 12-6.



סיפור במזוודה | מיזם מתנדבי "באים לטוב"

מיזם חברתי קהילתי במהלכו המתנדבים מגיעים למרכז יום "גיל הגליל" ולישובים: מועדוני ותיקים וספריות, כשהם מצוידים בסיפורים טובים ומזוודה קטנה אחת וכשהיא נפתחת, הקסם מתחיל.

רוית חקלאי מורי

מנהלת המחלקה
050-5405554
ravitmh@glt.org.il



מחלקת אזרחים ותיקים היא מחלקה תוססת ופעילה במרכז הקהילתי. מטרת המחלקה היא לייצר בגליל התחתון מרחב המאפשר התבגרות בריאה בגיל התבונה. העשייה שלנו כוללת למידה תמידית של הצרכים השונים והמתפתחים של הוותיקים ובמקביל פיתוח ומתן מענה מגוון ומתאים לקהלים השונים. אנו עובדים בשיתופי פעולה עם הגורמים היישוביים, המועצתיים ומשרדי ממשלה. גם השנה תהיינה פעילויות עשירות ומגוונות לאורך השנה, הרצאות, קורסים, טיולים, נופשים, חוגי ספורט, סרטים ועוד.

במקביל לעשייה האזורית אנו שמים דגש על הפעילויות המקומיות, התנדבויות בקהילה ופיתוח מועדוני ותיקים בכל היישובים. מחלקת וותיקים עובדת בשיתוף פעולה עם פורום נאמני וותיקים, אלה הם נציגים מכלל יישובי המועצה, הפועלים לקדם ולמנף את יכולותיהם וצרכיהם של וותיקי הגליל התחתון בכל גיל ושלב ביישובם.



נאמני הוותיקים ביישובים

כפר חיטים - תמי גפני	אילניה - טלי גנור
כפר קיש - אסנת בירגר	ארבל - כרמל קונביץ
מצפה - דינה גרנות	בית קשת - רונית קובי גורפינקל
מצפה נטופה - שרלי אלכסנדר	בית רימון - שרון שפירא
מסד - שולמית בר אור	גבעת אבני - אילנה אלקובי
שדה אילן - חנה פולטהיים	הזורעים - שרה שטרן אלון
שדמות דבורה - רותי נוי	לביא - עירית גילה
שורונה - כולינה מנואל	כפר זיתים - אהובה נג'די

חוברת פעילויות לוותיקים תצא בנפרד - עקבו אחר הפרסומים!

תוכנית פעילויות קתדרה בגליל

<< כל הפעילויות מתקיימות במרכז תרבות גלילי, למעט אם צויין אחרת
<< פתיחת חוג, הרצאה או סדנה מותנית ברישום של מינימום משתתפים

ראשון	שני ביחד	שלישי	רביעי ביחד	חמישי
בית מדרש קהילתי קיבוץ לביא 8:00-12:30	יוגה עם גליה וולף 8:30-9:30	מועדון הסרט הטוב אחת לחודש 10:00-12:00	פילאטיס וחיזוק העצם עם גילי אגמי 8:30-9:30	יוגה עם גליה וולף 8:30-9:30
פילאטיס וחיזוק העצם עם גילי אגמי 16:30-17:30	תנועה מיטיבה בכיסאות ובעמידה עם טל דיין 8:30-9:30	מטיילים ונהנים אחת לחודש	מחזקים את שריר המוח עם פלונטר משחקי חשיבה 9:30-10:30	יוצרות ביחד עם פנינה טל 8:30-10:30
הרצאות איכותיות מתחלפות 10:00-11:30			ברידג' למתקדמים עם אודי ישכיל 10:30-12:30	אוריינות דיגיטלית 9:00-12:00 החל מנובמבר
			ערבית מדוברת למתקדמים עם יגאל שמעון 16:00-17:30	
	ערבית מדוברת למתחילים עם יגאל שמעון 18:00-19:30			

העמותה למען ותיקי הגליל התחתון

מרכז יום "גיל הגליל"

מרכז היום "גיל הגליל" מספק שירות לוותיקי גליל תחתון, יבניאל וכפר תבור. צוות המרכז הוא צוות חם ואוהב, רגיש לבעיות הוותיקים ונמצא בקשר הדוק עם המשפחות. המרכז מהווה בית שני עבור הוותיקים. הוותיקים מגיעים בהסעות מאורגנות, מפתח ביתם, עד למרכז היום וחזרה. המרכז פועל במשך 5 ימים בשבוע, בשעות 8:00 עד 14:00, במהלך היום מוגשות ארוחת בוקר וארוחת צהרים חמה. הוותיקים נהנים מתוכנית מגוונת ומותאמת.

קהילה תומכת לאוכלוסיית הוותיקים

התכנית מציעה לחצן מצוקה המחובר למוקד רפואי ושירותי אב קהילה.

מזכירה ורכזת קהילה תומכת: סופי שוורץ

אב "קהילה תומכת": איציק בן זקן 058-5588464



עדי גרימברג

מנהלת העמותה
054-6419641



שיר כהן

מנהלת המחלקה
050-2922271
shircohen@glt.org.il



מחלקת הילדים והנוער פועלת ליצירת מסגרת חינוכית-קהילתית משמעותית לבני ובנות הנוער בכיתות ד'-י"ב מכל יישובי המועצה במטרה לטפח, לפתח ולהעצים את בני הנוער, תוך יצירת תחושת שייכות, מעורבות ומנהיגות קהילתית.

צוות האלוקה:

הילה גרינברג

מנהלת
אדמיניסטרטיבית



טלי אלפסי

רכזת אזור נוער השומר
050-2292501



רני בגריש

רכזת אשכול דתי
054-5831140



איתור ומניעת התנהגויות סיכוניות

- הפעלת תכנית להב"ה (למען הנוער במגזר הכפרי) בשיתוף המחלקה לשירותים חברתיים.
- פעילות פרטנית, קבוצתית ואזורית - הכשרת צוותים, סדנאות וכלים לנוער ולהורים, פעילויות הפגה יזומות ועוד.

שיתופי פעולה וקידום החינוך החברתי-קהילתי

- קשר רציף ושותפות עם מערכות החינוך ביישובים - עידוד יוזמות, מתן מענה מותאם למאפייני הייחודיים של כל יישוב.
- עבודה משותפת עם בתי הספר ואגף החינוך ליצירת מענה הוליסטי.

פעילות אזורית מגוונת

- תכנון והובלת פעילויות נוער אזוריות עם חיבור למרחב ולקהילה, לערכים ולרצונות של בני הנוער.
- מענים חינוכיים והפגתיים בהתאמה לגיל, לצרכים ולתחומי העניין.
- קידום חיבורים בין דתיים לחילונים, חיזוק הקשר הבין-דורי, שיתופי פעולה בין יישובים.

פיתוח מקצועי וליווי הדרכה

- הכשרת מדריכים צעירים, מועצת נוער,רכזי נוער ואנשי חינוך מהיישובים.
- הענקת כלים מקצועיים ותמיכה שוטפת לצוותי חינוך המקומיים.



תנועות הנוער בגליל התחתון

בגליל התחתון פועלות שתי תנועות נוער מרכזיות: "נוער השומר" (אשכול חילוני) ו"בני עקיבא" (אשכול דתי), מתוך מטרה לחזק את תחושת השייכות והזהות הקהילתית. תנועות הנוער משתלבות בפעילות היישובית ופועלות בשיתוף פעולה מלא עם מחלקת הנוער, בהתאם לערכי המועצה והמרכז הקהילתי. הפעילות מיועדת לחניכי ד"י-ב, ומתרכזת בחינוך לערכים, מנהיגות וחיי קהילה.



תנועת "בני עקיבא"

מטרת התנועה: חינוך דור נאמן לתורתו, לעמו ולארצו, החי על עבודתו ברוח התורה. בני עקיבא היא תנועת נוער דתית-חלוצית ומהווה חלק מתנועת "תורה ועבודה".

במועצה פועלים שישה סניפים, כל אחד מובל על ידי קומונרית (בת שירות) ומדריכים משכבות י"ב. בתנועה ישנם שבטים (שכבות גיל) שפועלים יחד בפעולות, טיולים, שיחות וכד'. שכבת ט' לוקחת חלק פעיל בהובלת אירועים קהילתיים ובהמשך משתלבת בצוותי נחשון, הדרכה וארגון. סניפי התנועה מהווים חלק משמעותי מהעשייה והפעילות הקהילתית. מעבר לפעילות השוטפת מתקיימים אירועי שיא: חודש ושבת ארגון, תכנית "דרור", ערבי גיבוש, מסעות והתנדבויות לאורך השנה.



נוער השומר

מטרת התנועה: נוער השומר, תנועת הנוער של השומר החדש פועלת לחיבור עמוק בין הנוער לאדמה, לקהילה ולערכי האחריות והמנהיגות.

התנועה פועלת במועצה בתשעה יישובים, בהובלת רכז הנוער וגרעיני (ש"ש). פעם בשבוע מתקיימת פעולה קבועה לשכבות ד"ח', בהובלת מדריכים צעירים משכבות י"ב שעברו הכשרה מקצועית. שכבת ט' משתתפת בתהליך חינוכי משמעותי הכולל הובלת אירועים קהילתיים. השכבות הבוגרות (י"ב) לוקחות חלק פעיל בהדרכה, פעילות קהילתית והובלת הרוח התנועתית ביישוב. במהלך השנה מתקיימות הכשרות למדריכים, טיולים ואירועים יישוביים, מועצתיים ותנועתיים בהתאמה לשכבות הגיל.



נופר נוי קורן

מנהלת המחלקה
050-3231024
michalw@glt.org.il



תרבות צעירה

מביאים תרבות קלילה
וצעירה לגליל התחתון!
סדנאות, קורסים ומכשירים
לצעירים במחירים
מסובסדים! סטנדאפ,
פיינטבר, פאב קוויז, סדנת
בירה, קוקטיילים..
הכל אצלנו!

מרחב לקידום תעסוקה ולימודים

בכרך י'ג

ייעוץ והכוונה פרטנית לצעירים בגילאי 18-25.
תכנית לאומית לקידום צעירים וצעירות שרוצים לתכנן
את עתידם, להשיג מטרות ולהתפתח.
ליווי אישי קשוב ותומך, עזרה במציאת עבודה, הכוונה
ללימודים והכשרה מקצועית, התנהלות כלכלית נכונה,
כתובת קורות חיים, מיומנויות אישיות ועוד.
מוזמנים לפנות, הקפה עלינו!
<< בשיתוף עם המחלקה לשירותים חברתיים
<< לפרטים: אילת מובסוביץ 052-3244015

צעירים בגילאי 40-18? הגעתם למקום הנכון!

מרכז צעירים גליל תחתון הוא המקום שלך להצלחה.
אנו כאן כדי ללוות ולתת מענה בצירי הזמן החשובים לכם
ובהחלטות המשפיעות על עתידכם.

חיילים ומשחררים.

נוי נחום

רכזת חיילים משוחררים ומילואים
04-6628372



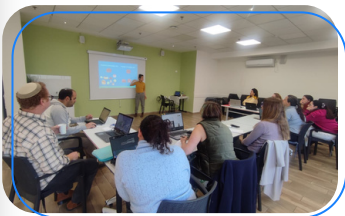
מוזמנים לשיחת ייעוץ אישית, בה נדבר על מענקים, מלגות, הכוונה לאחר השחרור ותעסוקה

<< ייעוץ בנוגע לתהליכי הגיוס לצה"ל
<< מתנות ליוצאים לשירות- צבאי, לאומי, ש"ש
<< ד"ש מהבית! שי אישי ומפנק המחולק ביום
 העצמאות
<< כנס משתחררים,
 סדנאות הכוונה
 לאזרחות, פעילויות
 לצעירים ומגויסים
 ועוד



סטודנטים.יות

רוצים לזכות בתמיכה כלכלית לשנת הלימודים
הקרובה וגם לתרום לקהילה?
להרוויח ניסיון מקצועי ועוד שורה בקורות
החיים?
להכיר צעירים מהאזור?
המלגות שלנו מזכות אתכם ב-10,000 ש"ח
תמורת 140 שעות מעורבות חברתית.



עסקים

סדנאות, פורומים והרצאות
סדנאות שיקפצו את העסק שלכם קדימה, בשיתוף מעוף, אקסיומה וגופים נוספים, במחירים מסובסדים.
קבוצת נטוורקינג, חממה שיווקית, קבוצת וואטסאפ לבעלי עסקים, כנס שנתי ועוד.

להטב"ק

ליווי, הכוונה ותמיכה של הצעירות והצעירים חברי הקהילה הלהטב"קית ומשפחותם תוך חיבורים לגופים מקצועיים בתחום.

בית להורים צעירים בגליל התחתון

הורוּתָא

הדרכות הורים, הרצאות, ימי שיא, סדנאות להורים וילדים, הצגות לקטנטנים ועוד

גן אמאבא

מפגשים להורים וקטנים בהובלת גננת מוסמכת לגיל הרך, מגיל חצי שנה ומעלה.
ימי שלישי | 9:00-11:45



סדאות לאימהות ותינוקות

עיסוי תינוקות ומעגל אימהות

מוסיקה התפתחותית

<< 4 מפגשים בקבוצה אינטימית
<< הקורסים נפתחים אחת לחודש



מאמוש

ביג לאמהות ותינוקות

מועדון יולדות סדנאות של מיטב נשות המקצוע מהאזור, ארוחת בוקר ומרחב נעים לקטנטנים בגילאי לידה- שנה
ימי שלישי | 10:00-12:00

עקבו אחרינו! **מרכז צעירים גליל תחתון**

הורות צעירה בגליל התחתון



צעירים.ות בגליל התחתון



קבוצות וואטסאפ לעדכונים בלבד:

אילנה ברנר

מנהלת המחלקה
052-61553951
ilanab@glt.org.il



מחלקת החינוך הבלתי פורמלי במרכז הקהילתי פועלת לקידום חינוך ערכי, משמעותי ומעצים, המותאם לצורכי הקהילה. המחלקה מובילה מגוון מסגרות ותוכניות בתחומי העשרה, פנאי וקהילה, תוך שותפות עם בתי הספר, היישובים והמשפחות.

באמצעות צוותים מקצועיים ויוזמות חינוכיות מגוונות, אנו פועלים ליצירת מרחבי צמיחה, למידה ושייכות עבור הקהילה.

יל"א - יום לימודים ארוך

תכנית המרחבים לילדי בתי הספר של הגליל התחתון

ממשיכים לגדול גם אחרי הצלצול

מרחב בטוח, זמן רגוע ומהנה לצד ערכים, העשרה והרחבת אופקים באווירה נעימה. בתום יום הלימודים, הילדים יתכנסו בכיתות מותאמות ייהנו מפעילויות חברתיות וחוגי העשרה. התכנית נבנתה כחלק מתפיסת הרצף החינוכי בשיתוף עם אגף החינוך ומנהלי בתי הספר.

חצי

יל"א אשכול דתי

מסגרת חינוכית משלימה המעניקה לילדים המשך יום איכותי, בטוח ומהנה, עם שילוב של פעילות חברתית, העשרה, למידה וחוויות.

שעות הפעילות:

- 3 ימים עד השעה 15:15
- יומיים עד השעה 14:30

הרשמה גמישה: 3, 4 או 5 ימי פעילות קבועים – בהתאם לצורכי המשפחה.
<< התכנית פועלת בבתי הספר יד ששון, שירת הגליל ובית חינוך גלילי.





יל"א חוגים - אשכול חילוני

יום לימודים ארוך בו יהנו הילדים מאפשרות בחירת חוג (90 דקות) מתוך מגוון חוגים בהתאם לבית הספר.

ניתן להוסיף ארוחה לכל יום חוגים

<< תכנית חוגים שבועית לבחירה לכל בית ספר

<< התכנית פועלת בבתי הספר כדורי ועלי גבעה

מרחבי ניצנים לכיתות א'-ב' | ג'-ד'

פעילות במרחבים בימים ראשון-חמישי, מתום יום הלימודים ועד השעה 15:45. הפעילות הכוללת: ארוחה חמה, פעילות חברתית-ספורטיבית, חוג שבועי, פעילויות אומנות ויצירה, בישול, אפייה ועוד.

גילאי א'-ב' (עלות מסובסדת) | גילאי ג'-ד' (ללא סבסוד של משרד החינוך)
המרחבים פועלים בבתי הספר היסודיים עלי גבעה וכדורי

ע3ח

מרכז למידה - המקפצה

לכיתות ב-ו, קבוצות קטנות ויחס אישי

שפה - קריאה, כתיבה, הבנת הנקרא והעשרת אוצר המילים

מתמטיקה - תרגול מיומנויות יסוד, חשיבה מתמטית ופתרון בעיות

העשרה - ניסויים, חקר, סקרנות ולמידה חוויתית

<< המרכז פועל בבתי הספר היסודיים כדורי ועלי גבעה

בתום יום הלימודים



טליה פריס קרמר

רכזת חוגגיל וחופשי שישי
053-4270351



מענה חינוכי וקהילתי הפועל בימי שישי ומעניק לילדים מסגרת איכותית, ערכית וחוויתית. התוכנית משלבת פעילויות מגוונות במטרה לחזק את תחושת השייכות, החיבור לקהילה והלמידה.

סיירי הגליל

יעל עפרוני

רכזת סיירי ההגליל
050-7552362



אם אתם אוהבים הרפתקאות, להקשיב לקולות, להריח פרחים, לצפות בחיות ולבשל עשבים? אם אתם אוהבים טיולים מקומכם אתנו בסיירי הגליל!

חוג טיולים וטבע לילדי **כיתות א'-ח'**.
במהלך השנה נטייל פעמיים בחודש בימי שישי, בשעות הבוקר (כ-20 ימי טיול).
בנוסף יתקיים מחנה סיירים שנתי הכולל לינה.

- << המחיר כולל הסעות מכל יישובי המועצה (ההסעה תיכנס ליישוב שיש בו 5 חניכים ומעלה)
- << **מסלולי הטיולים ומועדם ישלחו לכל נרשם.**
- << **הפעילות ע"פ נוהלי משרד החינוך.**
- << **שעות פעילות 8:00-14:00**



חצי

אירועי שיא

אחת לחודש ייפגשו ילדי המועצה במרכזי הפעילות ליום מיוחד של חוויה, יצירה, משחק, סדנאות ופעילויות מגוונות, המשלבות למידה, הנאה ומפגש עם חברים מכל רחבי המועצה.

<< **שעות הפעילות 08:00-12:00**

מסלול משולב

מסלול משולב של חוג סיירים יחד עם אירוע שיא חודשי אשר יחד משלימים את המענה.

אנו רואים חשיבות רבה בקיומה של מסגרת משמעותית, חוויתית ומעשירה לילדים בימי שישי.

מגוון רחב של מסלולי ריקוד המאפשרים בחירת מערכת מקצועית המותאמת לכל גיל. החוגים לילדים ולילדות בבית הספר היסודי, לנוער בחטיבה ובתיכון. השיעורים מועברים ע"י צוות מורים מקצועיים בעלי תעודות הכשרה וניסיון בהוראת מחול לסגנונות הריקוד השונים.

סטודיו טוטו

הפעילות תכלול מגוון חוגי מחול לבנות ובני נוער:

חוג "טרומ מחול" לבנות גן חובה.

חוגי היפ הופ מכיתה א' ועד כיתה י"ב - בקבוצות לפי גיל ורמה.

חוגי מחול נוספים: מחול מודרני, לירי / ג'אז, בלט קלאסי, פוינט וקומפוזיציה.

נשמח לראות אתכן ואתכם ממשיכים לרקוד, להתפתח ולגדול איתנו גם השנה!

<< לפרטים נוספים: שחר מרום 050-2003800



תנועה לגיל הרך והכנה למחול

תנועה לגיל הרך לבנים ובנות בגילאי 3-4, נתמקד בתחום הרגשי,

קוגניטיבי וחברתי. בחוג נחזק קואורדינציה, שיווי משקל, תאום עין יד,

מוטוריקה גסה ועדינה, ויסות כוח הגוף.

הכנה למחול גילאי 4-6, הכרות עם מושגי היסוד במחול, משחקי מחול,

כוראוגרפיות לשירי ילדות בעיבוד חדשני, הכרת סגנונות מחול ותרגול

קואורדינציה, שיווי משקל, דימוי גוף ויציבה נכונה. והכל באווירה כיפית מוזיקלית ומהנה!

<< המפגשים מתקיימים בימי שלישי במרכז תרבות גלילי בגבעת אבני

<< לפרטים נוספים: יעל זהר 052-7022677

אלה לוי

שיעורי מחול מודרני וג'אז עם אלה לוי, בעלת ניסיון של למעלה מ-20 שנה.

השיעורים מתקיימים בגבעת אבני, כדורי ובית רימון. נהנה מחוויית תנועה,

יצירה והבעה באווירה מקצועית, תומכת ומהנה. נשלב עבודה על טכניקה,

קואורדינציה, גמישות, יציבה וחיזוק הגוף, לצד פיתוח ביטחון עצמי, נוכחות

על הבמה והבעה אישית באמצעות התנועה.

<< לפרטים נוספים: אלה לוי 050-7771743





שחמט

גלו את הכישרון האסטרטגי שבכם בחוג שחמט עם מקסים מרקוס. אתם מוזמנים לעולם מרתק של מלכים ומלכות, סוסים וצריחים. החוג מתאימים לכל הרמות והגילאים.

האווירה חמה ותומכת, המאפשרת לכל משתתף להתפתח בקצב שלו. הצטרפו אלינו לחוויה מעשירה ומהנה של חשיבה אסטרטגית!

<< המפגשים יתקיימו במצפה נטופה,

בית רימון ושדה אילן

<< לפרטים נוספים:

מקסים מרקוס 058-7816150

חוגי אומנות

גלו את הכישרון היצירתי שבכם בחוגי הציור והאומנות עם אורלי לוזון.

אתם מוזמנים לעולם קסום של צבע וצורה.

החוגים מתאימים לכל הרמות והגילאים - ילדים ומבוגרים.

האווירה חמה ותומכת, המאפשרת לכל משתתף להתפתח בקצב שלו.

הצטרפו אלינו לחוויה יצירתית מעשירה ומהנה!

<< המפגשים יתקיימו במרכז תרבות גלילי,

בגבעת אבני

<< לפרטים נוספים: אורלי לוזון 054-2197604



מלאכה בעץ

נגרות מסורתית לילדים - היכרות עם עולם העץ דרך טכניקות בסיסיות, עבודה עם כלים מגוונים, לימוד תכונות העץ וסוגי עצים שונים.

חוג מעשי שמפתח דיוק, סבלנות ויצירתיות - בידיים ובעיניים.

<< המפגשים יתקיימו במצפה נטופה

<< לפרטים נוספים: עומר מאליק 050-4455795

חוגי גיטרה

חוגי גיטרה קבוצתיים – מנגנים יחד, לומדים באווירה מוזיקלית. לימוד גיטרה בקבוצה קטנה ומגובשת, עם דגש על פיתוח שמיעה מוזיקלית, קצב, תיאום קבוצתי ויכולות נגינה. נלמד אקורדים, ליווי שירים אהובים, נגינה מלודית וטכניקות בסיסיות.

<< המפגשים יתקיימו בית רימון

<< לפרטים נוספים: יובל טובי 0508892021



חוגי פסנתר

גלו את עולם המוזיקה המופלא באמצעות קלידי הפסנתר! אתם מוזמנים לחוויה מוזיקלית מעשירה. שיעורים פרטיים וקבוצתיים בהתאמה אישית לכל תלמיד ותלמידה.

<< המפגשים יתקיימו בבית רימון, שדה אילן,

ומצפה נטופה

<< לפרטים נוספים:

אלה גלמן 054-5466701

ילנה חלפין 054-6356550



ארי מובסוביץ

מנהל המחלקה
053-5636815
arim@glt.org.il



המחלקה מקדמת פעילות ספורט ואורח חיים בריא כחלק מתפיסה שכל תושב בכל גיל צריך לעסוק באחד מתחומי הספורט על מנת לשמור ולתחזק את גופו.

בהתאם לתפיסת הרצף החינוכי, אנו מפעילים חוגים ופעילויות בבתי הספר, בשלוחות ובספורט ההישגי.

« הסעות יצאו מיישובי המועצה לפעילויות המתקיימות

במרכז "כדורי", "לביא" ו"גבעת אבני", בימי שני וחמישי בלבד

« ההסעה מותנית במינימום 4 ספורטאים מיישוב



מועדון הטניס שולחן

שימי טננבאום

רכז ענף הטניס שולחן
050-9903018



זהו משחק קצבי ומהיר מאוד המצריך כושר גופני, תרגול ואימונים סדירים על מנת לרכוש מיומנות גבוהה. המשחק משכר את הקואורדינציה בין היד לעין, מפתח דיוק, מגביר עירנות, ריכוז, ומצריך פיתוח אסטרטגיות וטקטיקות. לצד התרגול הגופני, הכרת חוקי המשחק והקניית אורח חיים ספורטיבי, המועדון מתנהל בדגש ערכי חינוכי, פיתוח כישורים וקשרים חברתיים ומעורבות בקהילה. המועדון מקיים קשר הדוק עם בתי הספר במועצה ושחקניו מייצגים את בתי הספר בתחרויות ארציות.



המשחק הוא רב גילאי - במועדון פועלות קבוצות לילדי בית ספר, מבוגרים וותיקים. חוגים - באולם הספורט בכדורי וביישובי המועצה. כמו כן, קיימת קבוצה הישגית ששחקניה משתתפים בליגות ובתחרויות בארץ ובעולם.





מועדון הכדורסל גליל תבור

אופיר בן קדר
רכז ענף הכדורסל
052-4434116



"גחול את עצמך מה ושר. אל מוגר אפילו אל סקטימטר אחד אל ששטח השליקה לסיום"
לארי בירד

ענפי הכדור בכלל והענף הכדורסל בפרט הם ענפי ספורט קבוצתיים שדרכם ניתן ללמוד את יסודות המשחק והשליטה בכדור וגם עקרונות של עבודה קבוצתית ושיתוף פעולה. מועדון הכדורסל האזורי גליל תבור עובד בשיתוף פעולה מלא בין המועצה האזורית הגליל התחתון והמועצה המקומית כפר תבור, ומהווה את אחד מענפי הספורט המרכזיים באזור, עם למעלה מ-380 שחקנים.



בית ספר לכדורסל גליל תבור

"אל פסל לא מוקדש מידי כדי להגחיל..."

לימוד יסודות הכדורסל תוך כדי תנועה ומשחק והקניית הרגלים של פעילות ספורטיבית כבר מגיל צעיר, הם הבסיס עליו מושתתת הפעילות.

<< החוגים מיועדים לבנים ובנות מגילאי גן טרום חובה עד כיתה ו'

<< הפעילות מתקיימת פעם / פעמיים בשבוע

כדורסל הישגי "גליל תבור"

"אתה צריך לצבור מצמק דברים שאתה צריך לא מסובל לעשות"
מייקל גורדן

במועדון הכדורסל 18 קבוצות הישגיות המשחקות בליגות של איגוד הכדורסל (מליגת קטסל ועד בוגרים ובוגרות). בנוסף לאימוני ומשחקי הקבוצות, השחקנים לוקחים חלק בפעילויות הקהילתיות של המועדון. בקבוצות ההישגיות ישנו דגש מיוחד על שיפור יכולות גופניות וכוח, חינוך להתנהלות ספורטיבית נכונה ושמירה על ערכי המועדון. השנה הוחלט לשים דגש את תזונת ספורטאים צעירים והשחקנים יקבלו תכנית תזונה, הרצאות מאיש מקצוע ומדידות נתונים אישיות.



חפשו אותנו ברשת!

הפועל גליל תבור
HAPOELGT



מועדון הג'ודו



דקלה נוי
רכזת ענף ג'ודו
054-7731699



*"איננו מחזלים דבר, עבודתנו היא רק להאיר את
שחביו במאבק אקס"*

מועדון ג'ודו הגליל התחתון מוביל אימוני ג'ודו לילדים, לנוער ולבוגרים מהרמה העממית ועד הרמה התחרותית הגבוהה ביותר. צוות מאמנים ומדריכים מקצועיים שמאפשר לכל ילד וילדה להתפתח בקצב וביכולת שלו. המועדון מוביל ערכים של רוח ספורטיבית, אכפתיות, יציבות וקבלת האחר.

החוג מתאים לבנות ולבנים מגן חובה ומעלה במסגרות אימון שונות.

הספורטאים לוקחים חלק בתחרויות ארציות וחלקם משתתפים בנבחרות ישראל.

<< האימונים מתקיימים באולם הספורט במתחם כדורי

<< צוות ההדרכה: דקלה נוי ואיתי שריפטמן

<< אימון טרום גן בכדורי



מועדון הטניס - גליל תבור



ציפי אובזילר
רכזת ענף הטניס
טניסאית אולימפית ואלופת ישראל בעבר
054-7873243



אימוני טניס לילדים, נוער ומבוגרים מרמת מתחילים ועד מתקדמת, תחרותית. מאמני טניס מוסמכים ומקצועיים המתאימים את מערכי האימון לרמת הקבוצה.

<< האימונים מתקיימים במגוון יישובי הגליל התחתון במהלך כל ימות השבוע

<< צוות ההדרכה: אושרי שעשוע, קריסטין עוידה ודקל עובד





ע3ח

מועדון ה-30+ Football Touch

עמית מזרחי
052-8713853



רוצים להיכנס לכושר אבל
לא מתחברים לריצות או חדר כושר?

**אם כדורגל עושה לך טוב
האימון הזה בשבילך!**

באים ליהנות - יוצאים בכושר

<< מגרשי השחב"ק במועצה

<< האימון מתאים לבני 30+

כדורגל

המשחק הפופולרי בעולם - בגליל התחתון!
חוג המשלב פיתוח מיומנויות משחק, עבודת צוות,
משמעת, ביטחון עצמי והנאה מהספורט באווירה
מקצועית ומעצימה.

כדורגל ביישובים לגילאי גן-ח'

<< **גבעת אבני:** חיים אוחנה 052-2415295

<< **הזורעים, בית רימון:** ישראל אסרס 054-6602796

<< **שדמות דבורה, שדה אילן, לביא ומסד:**

ארקדי כפוכב 054-9491913

<< **בית קשת:** עודד פורת 054-3942015

<< **מצפה נטופה:** אהרון זבעני 050-4320030



כושר קרבי

סער אלמקייס

052-3923616



אימוני כושר קרבי לבנים ובנות מכיתות ט'-י"ב. הכנה פיזית, מנטלית וערכית לקראת שירות משמעותי בצה"ל, ימי סיירות, גיבושים ומיונים ליחידות השונות. פיתוח כושר גופני, חוסן מנטלי, משמעת עצמית, אחריות אישית, מנהיגות ועבודת צוות. האימונים מועברים על ידי סער אלמקיאס וצוות מדריכים מקצועי ומיומן, בוגרי יחידות מובחרות בצה"ל ובעלי ניסיון רב בהכשרת בני נוער לקראת שירות צבאי משמעותי.

<< שני וחמישי | 17:15-19:00 | כדורי | כולל הסעות
<< ניתן להשתמש בחדר הכושר בכדורי ללא תשלום
<< תשלום חד פעמי עבור חולצת אימונים

כושר וספורט לילדים ונוער

קובי בן עקיבא

05050692352



בחוגי הכושר והספורט שלנו הילדים והנוער לומדים על חשיבות התנועה, שיפור היכולות הגופניות, פיתוח קואורדינציה, סיבולת, כוח וגמישות – והכול דרך פעילות חווייתית, דינמית ומגוונת.

<< ימי שלישי | ארבל





ג'יו-ג'יטסו / MMA

עידן עזריה

050-5987777



גרייסי ג'יו-ג'יטסו היא אומנות לחימה אשר דוגלת בערכי ההגנה העצמית. באימונים אנו עובדים על חיזוק חגורת הכתפיים, שיווי משקל, קואורדינציה, התמצאות במרחב, לחימה חופשית ועוד.

אומנות הלחימה ג'יו-ג'יטסו מתאימה לכל אדם אשר מעוניין לקדם את איכות חייו ללא קשר לגיל, גמישות או רקע קודם. האימונים מתאימים מגיל 4 ומעלה, לנשים וגברים וכן קבוצות לבוגרים.

<< עידן בעל חגורה שחורה ותואר ראשון בחינוך גופני וחינוך מיוחד
<< הפעילות מתקיימת בימי ראשון ושלישי באולם הספורט בגבעת אבני

התעמלות קרקע לבנות

שיראל רביבו

054-3488252

הזורעים וגבעת אבני



אילנה ברנר

052-6155395

מצפה נטופה



תהילה אטיאס

052-7560232

בית רימון וגבעת אבני



בענף ההתעמלות אנחנו קופצות גבוה, מתגמשות, מתחזקות – ובעיקר נהנות! במהלך השנה המשתתפות מתקדמות בקצב אישי ובקבוצות מותאמות, לוקחות חלק במחנות אימונים מיוחדים בחופשות, בימי שיא חווייתיים, ובמופע סיום חגיגי שמסכם עונה של התמדה, קצב וגאווה.

בנות הנבחרת ישתתפו בתחרויות במהלך העונה.

<< תשלום חד פעמי עבור ביגוד אחיד לחוג





כדורשת נשים

"מאכזר בראש"

ליאורה לנקרי
050-5069183



משחק הכדורשת הוא משחק קבוצתי המשלב עבודת צוות, כושר גופני והנאה מרובה.

אין צורך בידע קודם. **כל אחת יכולה!**

<< האימונים מתקיימים בשעות הערב

<< באולמות הספורט קריית חינוך וכדורי

קבוצת רצי הגליל התחתון

דן בוקיש
050-5267162



שני אימוני ריצה שבועיים ברחבי הגליל התחתון. מתאים לכל רמות הריצה ממתחילים ועד לרצים ותיקים, התאמת תכנית פרטנית לכל משתתף.ת.

<< ימי שלישי, 19:00

<< ימי שישי, קיץ 6:00 | חורף 7:00





אימוני כושר משולבים

אתי מילר
053-2349986



אימון פונקציונלי לשיפור התפקוד היומיומי, טיפוח יציבה חזקה וחטובה, תוך עבודה על כוח, קואורדינציה, שיווי משקל, גמישות וסבולת לב-ריאה.

<< האימון מתקיים במתחם כדורי

<< ימי ראשון ב-18:30 | ימי שלישי ב-18:30

חזר

ה - סטודיו שלך בגליל התחתון

יש רגעים שבהם שינוי קטן עושה הבדל גדול.
מהיום הסטודיו הוא רשת אחת של שלושה מוקדי אימון:
מצפה נטופה, בריכת גבעת אבני ומרכז תרבות גלילי.

המנוי נשאר פשוט - אבל האפשרויות גדלו.
יותר שעות, יותר מאמנות, יותר סוגי אימונים, ויותר חופש לבחור את מה שמתאים לך.
בוחרות בכל יום את המקום, השעה והמאמנת שמתאימים לכן.
יותר גמישות, יותר אפשרויות, יותר כוח - וכל זה קרוב לבית.

סוגי האימונים:

פונקציונאלי, כח, פילאטיס מזרן, מדרגה, יוגה, אימוני נערוות ועוד.

האימונים מתאימים ומותאמים לכולן!
מנוי אחד. שלושה סטודיואים. כל הגליל התחתון.



עדי ג'רבי
050-3278296



ואהבתי



מרכז קהילתי הגליל התחתון
יחד בונים קהילה

04-6628374 | חפשו אותנו ב   מרכז קהילתי הגליל התחתון