

שבת פרשת בראשית, תשפ"ו

דיירים יקרים,

אנו מקווים שהחגים בבית טובי העיר היו מרוממים ומלאים משמעות. אנו מקבלים בברכה כל הצעה לשיפור.

השבוע מחליפים חומשים. החומשים החדשים נמצאים במקומות המיועדים לנוחיותכם: בבית הכנסת, בלובי (לגברים ולנשים), ובספריות של הקומות העליונות.

אנו מזכירים שכמות וסוג הסידורים, החומשים, ושאר הספרים בכל מקום הוא מיוחד לאותו מקום, ומבקשים לשמור שכל ספר ישאר במקום המיועד לו, כמסומן על הספר. אין להעביר למקום אחר, ואין לשמור בדירות לשימוש אישי.

בהזדמנות זו, אנו מבקשים שכל סידור, חומש, וספר, אם יש ברשותכם, יוחזר למקומו.

כמו כן, נא להחזיר את מחזורי החגים של הבית לבית הכנסת.

ברכת חורף בריא!

מהמחלקה התורנית

בצוותא עם סבתא

אנו שמחים לשתף את הדיירים בפרויקט "בצוותא עם סבתא". פתיחת האפשרות "לאמץ", לעזור או להיעזר ע"י בנות סמינרים ישראלים ואמריקאים.

בשנה שעברה ערכנו מסיבות יום הולדת לילדים שהסבתא רחוקה פיזית, נשמח להשתתפות הדיירות ובאיזה תחום.

לצורך זה נבקש לעדכן פרטים ואפשרות או צורך כדי שנוכל להתאים סבתא לבת סמינר או בת סמינר לסבתא.

- הפעילות תערך בלובי או במועדון ההעשרה.

אנא ציינו:

1. שם:

2. חדר:

3. מעוניינת לאמץ / להיעזר:

4. תחום:

5. שפה:

- עזרה שניתן יהיה לקבל ממתנדבות:

חברה

מוסיקה

יצירה משותפת

עזרה טכנית בקביעת תורים או בטול

עזרה בשימוש בטכנולוגיה

לוי

איש את רעהו יעזור ולאחיו יאמר חזק!

הודעה חשובה: היערכות לחורף ועדכון חיסוני שפעת

חילופי העונות כבר כאן, והבריאות והרווחה שלכם הם בראש סדר העדיפויות שלנו. אנא עיינו בעדכונים החיוניים הבאים כדי להבטיח לכולנו חורף בטוח, חם ובריא.

1. עדכון חיסוני שפעת (כללית, לאומית, מכבי)

אנו שמחים לעדכן כי **חיסוני השפעת** הגיעו וניתן להתחסן במרפאה **בשעות הפעילות הרגילות** עבור דיירי קופות החולים:

- כללית
- לאומית
- מכבי

שימו לב: חיסוני קופת חולים **מאוחדת** יגיעו ויהיו מוכנים לחלוקה בהקדם האפשרי. נעדכן בהודעה נפרדת.

2. הנחיות בריאות למניעת מחלות

על מנת לשמור על בריאות הקהילה שלנו בעונת השפעת, אנו מבקשים את שיתוף הפעולה וההתחשבות שלכם:

- **נא הישארו בבית בעת חולי:** דיירים החווים תסמינים דמויי שפעת (כגון **חום, נזלת, שיעול או הרגשה כללית רעה**) (מתבקשים **לנקוט משנה זהירות ולא להגיע לאירועים ציבוריים או לחדר האוכל**). אנא הישארו בדירתכם עד שתחלימו לחלוטין כדי למנוע הדבקה של אחרים.
- **שטיפת ידיים היא המפתח:** זכרו כי **שטיפת ידיים תכופה ויסודית** נותרה הדרך היעילה ביותר למנוע התפשטות חיידקים.

3. רשימת ההכנה האישית שלכם לחורף

כדי להבטיח שדירתכם מוכנה:

- **ערכת חירום:** וודאו שיש ברשותכם **פנס תקין** (עם סוללות רזרביות), ומלאי של חטיפים יבשים ומים מינרליים זמינים.
- **חימום ואיטום:** אם אתם מבחינים בבעיות חימום או בדליפת מים/רוחות, אנא צרו קשר עם **האחזקה** באופן מיידי.
- **תרופות:** וודאו שיש לכם מלאי של **תרופות חיוניות לשבוע ימים לפחות** למקרה של מזג אוויר סוער.
- **תמכו במערכת החיסונית שלכם:** היו פרואקטיביים לגבי בריאותכם על ידי הקפדה על **מנוחה מספקת, שתייה מרובה ושמירה על תזונה נכונה, כולל ויטמין D** וחומרים מזינים חיוניים אחרים.
- **מניעת נפילות:** אנא נעלו נעליים יציבות ומונעות החלקה בעת יציאה החוצה או הליכה באזורים רטובים.

בואו נעבור יחד עונת חורף בטוחה ונעימה!

צוות המרפאה

שבת פרשת בראשית תשפ"ו

שבת מברכין חודש חשון

הרב אבי קלמינטינובסקי

הרב ישראל גד סלצקי (מנהל תורן)

יום שישי, כ"ה בתשרי, תשפ"ו, 17.10.2025

07:30 – שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)

09:15 – שיעור בדף היומי-עברית (בית הכנסת)

10:30 – "**פרשת השבוע**" עם הרב נתן שפירא-עברית (גולן)

11:00-12:00 – שחיה חופשית לגברים

11:30 – "**פרשת השבוע**" עם הרב דיק – אנגלית (גולן)



17:28 – הדלקת נרות שבת (שקיעה 18:09)

בלובי: יש לסיים לפני תחילת תפילת מנחה.

מתחילת תפילת מנחה, יש להדליק באזור הקופי שופ או באולם גולן, בהתאם למקום הסעודה.

18:30 – מנחה (לובי)

18:45 – קבלת שבת (לובי)

תפילת ערבית

סעודת ליל שבת (חדר האוכל)

שבת, כ"ו בתשרי, תשפ"ו, 18.10.2025

07:00-08:30 – קפה ועוגה (קופי שופ)

08:15 – שחרית (לובי)

קידוש (חדר אוכל)

11:00 – "**פרשת השבוע**" עם הרב סלצקי – אנגלית (בית הכנסת)

11:45 – "משיב הרוח ומוריד הגשם" מורידי הגשם - במה זכו?

שיעור עם צביה לבובי - נשים - עברית (לובי 3)

13:00 – סעודת שבת (חדר אוכל)

16:25 – "**פרשת השבוע**" עם הרב אבי קלמינטינובסקי - עברית (גולן)

17:25 – מנחה (בית הכנסת)

סעודה שלישית (חדר אוכל)

18:40 – צאת שבת ותפילת ערבית (בית הכנסת)

הבדלה: בלובי המרכזי אחרי התפילה.

שבוע טוב!

יום ראשון, כ"ו בתשרי, תשפ"ו 19.10.2025**08:00-07:00 - שחיה לאורך - לדיירות****08:00 – 09:00 – פעילות חופשית לדיירות**

07:30 - שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)

10:30-09:30 - חדר כושר פתוח לגברים

09:45 – "גמרא" עם הרב שכטר - אנגלית (קופי שופ) גברים ונשים

10:00 – "מעייני הישועה של הרב חרל"פ" עם הרב מיכאל טוביאנו - עברית (גולן)

10:30 – התעמלות לגברים עם שלומי (לובי חדש)

11:00 – התעמלות פלדנקרייז - עם תמר לוינ-נשים (גולן)

12:30-11:30 - חדר כושר פתוח לנשים

11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (בית הכנסת)

11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (בית הכנסת)

16:00-15:00 – שחיה חופשית לגברים

16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ וסולריום)

16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)

16:25 – אנחנו והתנ"ך עם הרב עמיהוד גלזר -אנגלית (גולן)

17:25 - "אנחנו והתנ"ך" עם הרב עמיהוד גלזר - עברית (גולן)

17:30 – קהלת- עם איטה שניידר - אנגלית (קופי שופ) **שינוי מקום****17:45 – מנחה**

18:00 – שיעור גמרא עם הרב שפירא (בית הכנסת)

18:15 – מוזיקה בלובי עם סופיה

18:30 – חוג דרמה ותנועה עם פאולינה – נשים - עברית ואנגלית (גולן)

18:40 – מעריב

יום שני, כ"ח בתשרי, תשפ"ו 20.10.2025**06:15-06:50 – שחיה חופשית לגברים****07:00-08:00 – שחיה לאורך - לדיירות****08:00 – 09:00 – פעילות חופשית לדיירות****07:30 – שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)****08:00 – התעמלות מים לנשים****10:00 – שיעור גמרא עם הרב שכטר - אנגלית (קופי שופ)****11:00 – שיעור בפרשת השבוע עם הרב יהודה רבינוביץ' - עברית (גולן)****11:15 – סדנת אומנות שימושית - עם דבורי (קופי שופ)****11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (בית הכנסת)****11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (בית הכנסת)****11:45 – התעמלות לנשים עם אסתי (גולן)****14:00 – "שיעור ציור וצבע" עם נופר (קופי שופ) קבוצה א'
♦ מרילין ליימן, ♦ שושנה פניאש, ♦ מלכה חיימסון, ♦ ויויאן קליינמן ♦ אסתר סולומון ♦ שושנה
יעקובוביץ ♦ אלישבע גניזי ♦ ג'ודי כהן****16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ וסולריום)****16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)****16:30 – "אחרי החגים התחדש הכול" הרצאה מוזיקלית עם ד"ר אביבה סטניסלבסקי – אנגלית (גולן)****17:30 – "אחרי החגים התחדש הכול" הרצאה מוזיקלית עם ד"ר אביבה סטניסלבסקי – עברית (גולן)****18:30-19:15 – ספריה האנגלית פתוחה****17:45 – מנחה****18:00 – שיעור ב"אור החיים הקדוש" עם הרב מרדכי קרויזר – (בית הכנסת)****18:40 – מעריב****19:30 – ערב סרט: "אנני" (1982) (גולן) אנגלית עם כתוביות באנגלית**

יום שלישי, כ"ט בתשרי, תשפ"ו 21.10.2025

06:15 - 06:50 – שחיה חופשית לגברים

07:00-08:00 - שחיה לאורך - לדיירות

08:00 – 09:00 – פעילות חופשית לדיירות

07:30 – שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)

תספורות לגברים עם יעקב הספר-קביעת תור בקבלה09:35 – אולפן למתחילים עם הגב' שושנה מייזליק (לובי 2)

09:30-10:30 – חדר כושר פתוח לגברים

10:00 – "שיעור גמרא" עם הרב שכטר – אנגלית (קופי שופ)

10:20 – אולפן למתחילים עם הגב' שושנה מייזליק (לובי 2)

10:30-11:30 – חדר כושר פתוח לנשים

11:15 – התעמלות פלדנקרייז - עם תמר לוין-נשים (גולן)

11:15 – "שיעור ציור וצבע" עם נופר (קופי שופ) קבוצה ב'

, אווה לואיס ♦ נעמי גרמי, ♦ מרים דניאלצ'יק, ♦ מרים יפה, ♦ האנשע גנסבורג, ♦ ורדה בוטשר ♦ מינה פלדר, ♦ ריבה סויבלמן ♦ לאה רוזנצוויג ♦ נעמי נויק ♦ רבקה עמיצור

11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (בית הכנסת)

11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (בית הכנסת)

12:30 - 15:00 - מכירת פירות וירקות של איתן (קופי שופ)

16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ)

16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)

16:30 – "אתיקה רפואית בהלכה ובהשקפה" עם הרב דיק - אנגלית (גולן) חדש

17:30 – "שיעור הלכה ופרשת שבוע" עם הרב נתן שפירא- עברית (גולן)

17:45 – מנחה

18:00 – שיעור גמרא עם הרב שפירא (בית הכנסת)

18:00 – נגינה בלובי עם אסף

18:30 – "פלאפונים, מחשבים, בינה מלאכותית ועוד" עם עזרא שפירא- אנגלית (גולן)

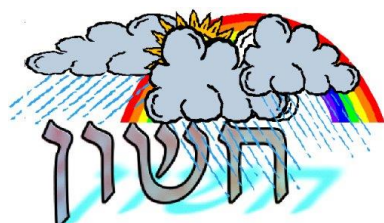
18:40 – מעריב

19:25 – "פלאפונים, מחשבים, בינה מלאכותית ועוד" עם עזרא שפירא- עברית (גולן)



יום רביעי, ל' בתשרי, תשפ"ו 22.10.2025 – א' ראש חודש חשוון**06:15-06:50 – שחיה חופשית לגברים****07:00-08:00 – שחיה לאורך - לדיירות****08:00 – 09:00 – פעילות חופשית לדיירות****07:30 – שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)****09:00-13:00 – מכירת בגדים של אביבה (קופי שופ)****09:45 – אולפן למתקדמים עם הגב' רחל שטרנגר (לובי 3)****09:30-10:30 – חדר כושר פתוח לגברים****10:00 – שיעור גמרא עם הרב שכטר - אנגלית (סולריום)****10:30 – התעמלות לנשים עם סורי (גולן)****10:30-11:30 – חדר כושר פתוח לנשים****11:30 – מקהלה לנשים עם טליה קירש (גולן)****11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (בית הכנסת)****11:45 – דף יומי עם הרב ישראל סלצקי (בית הכנסת)****16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ)****16:00-16:30 – הספריה האנגלית פתוחה.****16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)****16:30 – "ספר בראשית לפי תורתו של הרב סולובייצ'יק" עם הרב אהרון אדלר- אנגלית (גולן)****17:30 – "יותר מיהלומים" שיעור לנשים עם איטה שניידר-אנגלית (קופי שופ)****17:30 – "טעמי המצוות - עיון בספר החינוך" עם הרב אהרון אדלר - עברית (גולן)****17:45 – מנחה****18:30 – שיעור תניא לנשים עם גב' דבורה אברט - עברית (לובי 3)****18:45 – מוזיקה בלובי עם סופיה****18:00 – "פרקי אבות" עם ר' יצחק הדרי -עברית (ביהכנ"ס) עזרת נשים פתוחה****18:40 – מעריב****19:00 – "שיעור עיון בגמרא" עם הרב אשי דיק – אנגלית (בית הכנסת) שינוי בזמן****19:30 – "שירה בצוותא" עם טליה קירש - נשים (גולן)**

יום חמישי, א' בחשון, תשפ"ו 23.10.2025 – ב' דראש חודש חשון



08:00-07:00 - שחיה לאורך - לדיירות

08:00 – 09:00 – פעילות חופשית לדיירות

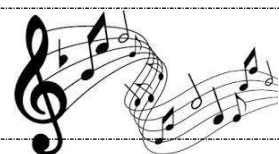
07:30 – שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)

08:00 – התעמלות מים לנשים

10:00-09:00 – חדר כושר פתוח לגברים

09:45 – הלל מוזיקלי לנשים (גולן)

בליווי טליה פינדר



10:00 – שיעור גמרא עם הרב שכטר - אנגלית (קופי שופ)

11:00-10:00 – חדר כושר פתוח לנשים

10:45 – "ענייני דיומא- בפרשה, בתנ"ך, ובכלל" - עם הרב עמוס קליגר – עברית (גולן)

10:30 – חוג ברידג' - מתחילים ומתקדמים - עם רבקה כהן (לובי 2)

11:00 – התעמלות פלדנקרייז לגברים עם ראובן (לובי החדש)

11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר (בית הכנסת)

11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (בית הכנסת)

11:45 – שיעור התעמלות בריאותית למתקדמות עם אורה הפיזיותרפיסטית (נהורא)

16:00-15:00 – שחיה חופשית לגברים

16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ וסולריום)

16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)

16:30 – הרצאה היסטורית עם שמוליק לנגר - אנגלית (גולן)

17:30 – הרצאה היסטורית עם שמוליק לנגר - עברית (גולן)

נושא מדויק יפורסם בקבלה

17:45 – מנחה

18:00 – שיעור בגמרא עם הרב נתן שפירא- עברית (בית הכנסת)

18:30 – מופע ראש חודש

שירים שאוהבים

עם טניה וליאוניד (לובי)



18:40 – מעריב

19:30 – ערב סרט: "אנני" (1982) (גולן) אנגלית עם כתוביות בעברית

הסרט אנני (1982) הוא מחזמר אהוב המבוסס על ההצגה המצליחה ועל הקומיקס ילדת היתום אנני. הוא

מספר את סיפורה של אנני, ילדה יתומה ועליזה (בגילומה של איילין קווין), (שנאספת לביתו של המיליונר דאדי וורבאקס

(אלברט פיניי) ומשנה את חייו באופטימיות ובקסם שלה. בסרט מככבת גם קרול ברנט כמיס הניגן המרשעת

והמשעשעת.

יום שישי, ב' בחשוון, תשפ"ו 24.10.2025

07:30 – שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)

09:15 – שיעור בדף היומי-עברית (בית הכנסת)

10:30 – "פרשת השבוע" עם הרב נתן שפירא-עברית (גולן)

11:00-12:00 – שחיה חופשית לגברים

11:30 – פרשת השבוע" עם הרב דיק - אנגלית (גולן)

מזל טוב!**פלורה רטוביץ** להולדת הנין**הלן פרידמן** להולדת הנין**לי דורשב** להולדת הנינה**יהודית רוטנברג** להולדת הנינה**החלמה מהירה****מרשה קאופמן** (מאשה מאירה בת אתקא מרים) המאושפזת בבית החולים**ברוכים הבאים**

משפחת בית טובי העיר, הצוות וההנהלה מקבלים בברכה את

גב' אריקה שולמן

שהצטרף למשפחת בית טובי העיר בדירה 106

ניחומים

"בית טובי העיר" ודייריו משתתפים בצער על פטירת

הגב' **דורה אלמליח** ע"ה

בבנין ירושלים ננוחם

הודעות

תמיכה בירידה במשקל (בתשלום) עם, גנסייה תזונאית הבית בימי שלישי בבוקר.

לפרטים והרשמה, נא לפנות לרוחי המזכירה, 02-5318403

דיירים המעוניינים להצטרף לקבוצת ווצאפ שקטה לקבלת הודעות על שינויים בתוכנית וכדו, נא לשלוח הודעת ווצאפ ל 0546665839.

אם חלילה נתקעתם בתוך המעלית, יש ללחוץ על כפתור האזעקה במשך 7 שניות רצופות, מבלי להרפות

שימו לב!

כאשר המעלית בפיקוד שבת- בעת הישמע הזמזם, אין לגעת בדלת או להיכנס למעלית!

חשוב מאוד להירשם בקבלה בכול יציאה מהבית ובחזרתכם לבית

בטופס "כניסה ויציאה-דיירי בית טובי העיר"

דיירים שיוצאים לשבת מתבקשים להודיע לקבלה

תודה על שיתוף הפעולה!



**נא לכבות פלאפונים
בתוכניות/ ובהרצאות
כי כולנו רוצים להנות
בלי הפרעות 😊**

עיסויים לנשים בבית טובי העיר

לפרטים – טלי - 054-6715300



זמני ארוחות בחדר האוכל:

ארוחת צהריים - 12:30-13:45

(נא להגיע עד 13:15)

קופי שופ

קפה ועוגה - 16:00

זמני התפילות:

שחרית: ברכות 07:20 הודו: 07:30,

מנחה: 18:45

מעריב: 19:40

עמדת קריאת שרות**ימים א'-ה'**

10:00-13:00/16:00-18:00

שלוחה -8475

מייל – sherut@toveihair.co.il

נייד /וואצאפ – 054-3551067

אמירת תהילים לנשים

ימים א-ה בשעה

16:30 –בלובי

שעות עובד סוציאלי**יום א', ד, ה'**

9:00-14:00

יום ב' וג'

14:00-19:00

גמ"ח אביזרים רפואיים

פתוח במרפאה

לפנות לסימה או לפסי

שעות מזכירה**רפואית**

ימים א'-ה'

9:00-14:00

זמני חלוקת ארוחות בדירות:**שרות חדרים (Room Service)**

ארוחת בוקר: 07:45-09:00

ארוחת צהריים: 12:00-13:00,

ארוחת ערב: 17:30-18:30

איסוף עצמי

ארוחת בוקר - 7:45-08:15

ארוחת צהריים - 12:00-12:30

שעות פתיחת המינימרקט של איתן

8104 טל. (1- בקומה)

כל יום 07:30-10:00

ימים א', ג', ה' 18:00-19:00

שעות פתיחת עמדת הקפה של איתן**בלובי**

ימים א-ה 10:00-13:00

16:00-18:00

יום ו' 10:00-12:00

תספורות לנשים עם יפעת הספרית

כל יום שני וחמישי

במרכז נהורא.

קביעת תור בקבלה

שעות שרות האחיות ומענה טלפוני

ימים א-ה'

13:00-08:30

18:00 - 15:00