

שבת פרשת לך-לך, תשפ"ז

הודעה לדיירים – יום הבחירות

ביום הבחירות יוצב קלפי בקופי שופ, בין השעות 7:00 בבוקר ל-22:00 יש להצטייד באחת מהתעודות המזהות הבאות:



- . תעודת זהות ישראלית
- . רישיון נהיגה ישראלי
- . דרכון ישראלי בתוקף

ניתן להצביע בקלפי זו גם אם לא שיניתם את כתובתכם בתעודת הזהות לבית טובי העיר.
לכל שאלה או בקשה לסיוע, ניתן לפנות ללאה או לנעמי שפירא.

לתשומת לבכם....

כל חפץ שיימצא בבניין ולא יידרש תוך 30 יום, דינו כהפקר.

עדיין ניתן לקבל אבידות ישנות בקבלה

שבת פרשת לך-לך תשפ"ז

הרב קרויזר

הרב ישראל גד סלצקי (מנהל תורן)

יום שישי, י"ב בחשוון, תשפ"ז, 23.10.2026

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

09:15 – שיעור בדף היומי עם הרב ישראל סלצקי - עברית (מקלט נהורא)

09:30 – "צ'י קונג טאי צ'י - עם פנינה לויק- (גולן) תנועה עדינה, נשימה, טיפוח ואיזון אנרגיות החיים לשיפור הבריאות ושחרור מתחים

10:30 – "פרשת השבוע" עם הרב קלמנטובסקי - עברית (מקלט נהורא) שינוי מקום

11:00-12:00 – שחיה חופשית לגברים

11:30 – פרשת השבוע" עם הרב דיק-אנגלית (מקלט נהורא) שינוי מקום



17:22 – הדלקת נרות שבת (לובי)

17:42 – מנחה (לובי)

17:57 – קבלת שבת (לובי)

תפילת ערבית

סעודת ליל שבת (חדר האוכל)

שבת, י"ג בחשוון, תשפ"ז 24.10.2026

07:00-08:30 – קפה ועוגה (קופי שופ)

08:15 – שחרית (לובי)

קידוש (חדר אוכל)

11:15 – "פרשת השבוע" עם הרב ישראל גד סלצקי -אנגלית (קופי שופ)

11:45 – שיעור לנשים עם דובה קלרמן - עברית (לובי 2)

13:00 – סעודת שבת (חדר אוכל)

16:20 – "פרשת השבוע" עם הרב פורוש - עברית (גולן) שינוי מקום

17:17 – מנחה (גולן) שינוי מקום

סעודה שלישית (חדר אוכל)

18:34 – צאת שבת ותפילת ערבית (גולן) שינוי מקום

הבדלה: בלובי המרכזי אחרי התפילה.



02:00 – מעבר לשעון חורף

לא לשכוח להעביר את השעון שעה אחת אחורה!

יום ראשון, י"ד בחשוון, תשפ"ז 25.10.2026**שימו לב- עברנו לשעון חורף!!****08:00-07:00 - שחיה לאורך - לדיירות****08:00 – 09:00 – שחיה חופשית לדיירות****07:30 - שחרית (7:20 – ברכות / 7:30 – הודו)****10:30-09:30 – חדר כושר פתוח לנשים****10:00 – שיעור גמרא עם הרב שכטר - אנגלית (לובי 2)****10:00 – "משלי" עם הרב מיכאל טוביאנו - עברית (קופי שופ)****10:00 – אולפן למתחילים עם הגב' שושנה מייזליק (גולן -ספריה)****11:30-10:30 – חדר כושר פתוח לגברים****11:00 – התעמלות פלדנקרייז -עם תמר לוין -נשים (גולן)****11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (מקלט נהורא)****11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (מקלט נהורא)****11:45 – אולפן למתקדמים עם הגב' שושנה מייזליק (גולן -ספריה)****12:30 – מנחה (מקלט נהורא)****15:00-13:30 – שחיה חופשית לגברים****16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ)****16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)****16:30 – "ויטמין שיא" עם אסתר אברהם - אנגלית (גולן)****17:30 - "ויטמין שיא" עם אסתר אברהם - עברית (גולן)****קבעה שיא עולם בטיפוס הר הימלאיה ברגל אחת!****17:30 – פרקי אבות - עם איטה שניידר - אנגלית (קופי שופ)****18:30 – חוג דרמה ותנועה עם פאולינה – נשים - עברית ואנגלית (גולן)****18:30 – מעריב (מקלט נהורא)****18:45 – שיעור גמרא עם הרב יוסף קפלן (מקלט נהורא)****18:45 – מוזיקה בלובי עם סופיה****20:00 – ערב סרט: הקשר השוודי (2026) (גולן) אנגלית עם כתוביות בעברית**

סרט מרגש ומעורר השראה, המבוסס על סיפור אמיתי, על גוסטה אנגצל, פקיד ממשלתי שוודי שסייע להציל אלפי יהודים בתקופת מלחמת העולם השנייה. באמצעות אומץ לב, נחישות ותושייה, הצליחו הוא ועמיתיו למצוא דרכים להגן על פליטים יהודים מפני רדיפות הנאצים. סיפור על גבורה שקטה ועל כוחם של אנשים רגילים לחולל שינוי יוצא דופן.



יום שני, ט"ו בחשוון, תשפ"ז 26.10.2026

07:00-08:00 - שחיה לאורך - לדיירות

08:00 – 09:00 – שחייה חופשית לדיירות

08:00 – התעמלות מים לנשים

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

10:00 – מסילת ישרים עם הרב שכטר - אנגלית (קופי שופ)11:00 – שיעור בפרשת השבוע עם הרב יהודה רבינוביץ' - עברית (קופי שופ)11:00 – התעמלות פלדנקרייז לגברים עם ראובן (לובי החדש)

11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (מקלט נהורא)

11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (מקלט נהורא)

11:45 – התעמלות לנשים עם שיקמה הפיזיותרפיסטית (גולן)

12:30 – מנחה (מקלט נהורא)

14:00 – "שיעור ציור וצבע" עם נופר (קופי שופ) קבוצה א'
 ♦ מרילין ליימן, ♦ ג'ודי שרייבר, ♦ מלכה חיימסון, ♦ ויויאן קליינמן, ♦ שושנה יעקובוביץ, ♦ אלישבע גניזי,
 ♦ רוז רב, ♦ ג'ודי כהן, ♦ נעמי גרמי

16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ)

16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)

16:30 – "הבחירות בישראל – הסבר פשוט וברור" עם מרים בלום--- אנגלית (גולן)17:30 – מקהלה לנשים עם טליה קירש - שינוי שעה

18:00–19:00 – ספריה האנגלית פתוחה

18:30 – "שירה בצוותא" עם טליה קירש- נשים (גולן) שינוי שעה

18:30 – מעריב (מקלט נהורא)

18:45 – שיעור ב"אור החיים הקדוש" עם הרב מרדכי קרויזר – (מקלט נהורא)

יום שלישי, ט"ז בחשוון, תשפ"ז, 27.10.2026 – יום הבחירות לכנסת 26

06:50-6:10 שחייה חופשית לגברים

08:00-07:00 - שחיה לאורך - לדיירות

08:00 – 09:00 – שחיה חופשית לדיירות

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

תספורות לגברים עם יעקב הספר-קביעת תור בקבלה

10:00 – "שיעור גמרא" עם הרב שכטר – אנגלית (לובי 2)

10:00 – "**לקחים ורעיונות מפרשת השבוע**" עם הרב דוד שטרן – עברית (דביר) **שינוי מקום**10:45 – **התעמלות פלדנקרייז** - עם תמר לוין -נשים (גולן)

11:15 – "**שיעור ציור וצבע**" עם נופר (סולריום) קבוצה ב' **שינוי מקום**
 ♦ שושנה חדד ♦ יפה סילברברג ♦ לאה רוזנצוויג, ♦ רבקה עמיצור ♦ ברברה בכרך ♦ אסתר סולומון ♦ יוכבד פליישמן
 ♦ מרים דניאלצ'יק ♦ יוכבד פישר ♦ שושנה פניאש ♦ ג'ודי שרייבר

11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (מקלט נהורא)

11:45 – דף יומי עם הרב דוד שטרן (מקלט נהורא)

12:30 – מנחה (מקלט נהורא)12:45 - 15:00 - מכירת פירות וירקות של איתן (סולריום) **שינוי מקום**16:00 – קפה ועוגה (סולריום) **שינוי מקום**

16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)

16:30 - "**דמויות היסטוריות בעבר הרחוק והקרוב**" עם הרב דיק - אנגלית (גולן)17:00 – "**סיור וירטואלי בארץ ובעולם**" עם אסתר – אנגלית ועברית (מועדון העשרה)**17:30 – מופע חורפי מוזיקלי עם אסף (מועדון העשרה)**

18:15 – נגינה בלובי עם אסף

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

18:45 – שיעור גמרא עם הרב יוסף קפלן (מקלט נהורא)

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

20:15 – שידור חי מערוצי החדשות לסיכום הבחירות (גולן)

יום רביעי, י"ז בחשוון, תשפ"ז 28.10.2026

08:00-07:00 - שחיה לאורך - לדיירות

08:00 – 09:00 – שחיה חופשית לדיירות

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

09:00-13:30 – מכירת הבגדים של אביבה (קופי שופ)**09:30 – התעמלות מתקדמת בעמידה ובשכיבה עם שקמה (סטודיו נהורא)**10:30 – אולפן למתקדמים עם הגב' רחל שטרנגר (גלריה)10:00 – שיעור גמרא עם הרב שכטר - אנגלית (לובי 2)10:30 – התעמלות לנשים עם סורי (גולן)**11:15 – סדנת אומנות שימושית - עם דבורי (דביר)**11:30 – סדנא להעשרה קוגניטיבית בשיטת פרופ' פורשטיין עם טובה – אנגלית (גולן-ספריה)11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר – עברית (מקלט נהורא)11:45 – דף יומי עם הרב דוד שטרן (מקלט נהורא)**12:30 – מנחה** (מקלט נהורא)

16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ)

16:00-16:30 – הספריה האנגלית פתוחה.

16:30 – אמירת תהילים משותפת לנשים (לובי)

16:30 – "פשט ודרש בסיפור העקידה" עם הרב יונתן הורוביץ - אנגלית (גולן)17:30 – "יותר מיהלומים" שיעור לנשים עם איטה שניידר - אנגלית (קופי שופ)**17:30 – "אלישע והאישה השונמית" עם הרב יונתן הורוביץ - עברית (גולן)**18:30 – שיעור תניא לנשים עם גב' דבורה אברט - עברית (לובי 2)**18:30 – מעריב** (מקלט נהורא)**18:45 – "פרקי אבות"** עם ר' יצחק הדרי -עברית (מקלט נהורא) עזרת נשים פתוחה

18:45 – מוזיקה בלובי עם סופיה

19:00 – ערב משחקים עם נעמי מאור (קופי שופ)**כל הדיירים והדיירות מוזמנים לשחק וליהנות. מוזמנים גם להביא משחקים משלכם**

יום חמישי, י"ח בחשון, תשפ"ז 29.10.2026

08:00-07:00 - שחיה לאורך - לדיירות

08:00 – 09:00 – שחיה חופשית לדיירות

08:00 – התעמלות מים לנשים

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

10:30-09:30 – חדר כושר פתוח לנשים

10:00 – מסילת ישרים עם הרב שכטר - אנגלית (קופי שופ)10:15 – חוג ברידג' - מתחילים ומתקדמים - עם רבקה כהן (לובי 2)

11:30-10:30 – חדר כושר פתוח לגברים

10:45 – "ענייני דיומא- בפרשה, בתנ"ך, ובכלל" - עם הרב עמוס קליגר – עברית (קופי שופ)11:00 – התעמלות פלדנקרייז לגברים עם ראובן (לובי החדש)11:30 – דף יומי בהלכה עם הרב דוד צוהר (מקלט נהורא)11:45 – דף יומי עם הרב יהודה רבינוביץ' (מקלט נהורא)11:45 – התעמלות לנשים עם אסתי (גולן)12:30 – מנחה (מקלט נהורא)

16:00 – קפה ועוגה (קופי שופ)

17:30-16:30 – שחיה חופשית לגברים

16:30 – מסיבת יום הולדת**לילידי חשון (לובי)****כל הדיירים מוזמנים לשמוח ולשמח את**18:30 – מעריב (מקלט נהורא)18:45 – סוגיות בפרשת השבוע (מקלט נהורא) עזרת נשים פתוחה20:00 – ערב סרט: "שרתי לך ארצי" - פרק ג' "דבר עברית והבראת!" (גולן) עברית עם כתוביותבעברית

סידרה המספרת את פס הקול של ראשית הציונות. והפעם על אליעזר בן-יהודה ותחיית הלשון העברית

יום שישי, י"ט בחשון, תשפ"ז 30.10.2026

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

09:15 – שיעור בדף היומי עם הרב סלצקי-עברית (מקלט נהורא)

09:30 – "צ'י קונג טאי צ'י - תנועה עדינה, נשימה, טיפוח ואיזון אנרגיות החיים לשיפור הבריאות ושחרור מתחים" עם פנינה לויק- (גולן)

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

11:00-12:30 – שחיה חופשית לגברים

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



החלמה מהירה

יהודית שרייבר המאושפזת בבית החולים

שימרו את התאריך

יום חמישי, כ"ה בחשון, 05/11/26
טיול לבית מורשת המשטרה, ביקור בטבע
פרטים בהמשך.....

חדר אוכל**זמני ארוחות בחדר האוכל:**

12:30-13:45 - ארוחת צהריים -
(נא להגיע עד 13:15)

קופי שופ

קפה ועוגה - 16:00

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

זמני התפילות:

שחרית: ברכות 07:20 הודו: 07:30,

מנחה: 12:30

מעריב: 18:30

שרות רפואי**שעות מזכירה רפואית**

טל' 8403

ימים א'-ה'

9:00-14:00

שעות שרות האחיות ומענה

טלפוני 8142

ימים א-ה'

13:00-08:30

18:00- 15:00

יום ו'

09:00-13:00

גמ"ח אביזרים רפואיים

פתוח במרפאה

לפנות לסימה או לפסי

שעות עובד סוציאלי

טל' 8128

יום א', ב', וד'

9:00-14:00

יום ג' וה'

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

שעות פתיחת המינימרקט של איתן

8104 (בקומה 1) טל.

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