



חם ברגע אישו



רגעים שיש בהם!

היכולת לשמור על רגעי פנאי במהלך השגרה, חשובה לאין ערוך. רגעי פנאי אלו מצוינים להטענת מצברים ולקניית ידי וכישורי חיים, רגעים שיש בהם הווה ובעיקר יש בהם עתיד.

במחויבות למאה ומהפך עשייה למען התושב, מגישה עיריית בני ברק את התכנית הנוכחית 'רגע אישי' בסדרה נרחבת ומחודשת, תכנית שכשמה כן היא. אינספור רגעים מיוחדים של רעננות ומרחב צמיחה אישי, ללמוד ולקנות חכמה דווקא בנושאים ובפרטים שבשולי השגרה, נקודות קטנות המעניקות רווח גדול ומימד נוסף ואישי.

הרגעים הללו קודש בשאיפה ובמטרה הערכית הנעלה של שליחותנו האישית ותפקידנו כהורים, להיותנו נינוחים יותר, רעננים יותר ויצירתיים יותר, באמצעותן של רגעי ריענון ותוכן, רגעים אישיים בשגרת היומיום השוחקת, המעניקים תובנות ומחדדים כישורים ויכולות, כאתנחתא חיונית ובתנופה אישית מחודשת.

החוברת שלפניכם מחזיקה אינספור רגעים מיוחדים, שהמשותף לכולן היא המחשבה העירונית לתת יותר במחויבות למאה, בחירה עירונית להתאמץ יותר ולהעניק לתושבי העיר, הרבה יותר.

ברכתי האישית למנהל אגף קהילה, חברה ואולמות הרב שלמה בניזמן המשקיע כוחות ומסירות מרובה לפרויקט הנוכחי כקודמיו והפך את העשייה למסורת ולכלל השותפים לעשייה.

יחדיו נסיף לעשות למען העיר ותושביה, באווירת אישית ובמחויבות אישית למאה והרבה מעבר!

בשליחותכם,
חנן זינר
ראש העיר

מזווית אישית

לתת יותר. זו רוח העשייה הנושבת היום במסדרונות עיריית בני ברק וממנה לחלל העיר ולתושביה. רוח עשייה ותנופה כבירה אותה מוביל ראש העיר הרב חנוך זייברט, שבכל תחום ובכל נושא חותר לפתוח מרחב ומעגלים ולהעניק לתושבי העיר בכל נושא, הרבה יותר.

מניקיון ועד אירועי תוכן, מחינוך ועד מנהלי הרובע, בכל תחום החתירה ליותר. לא כאפיזודה לרגע, אלא כדרך חיים.

'רגע אישי' – גם הרגעים הללו זוכים לתנופה מחודשת, של תוכן, חוויה, עוצמה ומרחב איש מעצים ומלא תוכן מעשיר ומהנה. זו הרוח וזהו החזון של עיר המחויבת למאה והרבה מעבר.

בטוחני, שתפיקו מפעילות זו את המרב והמיטב, כחלק מפסיפס מרהיב של עשייה בכל תחום, עשייה של קבע המלאה רגעים של בני ברק שאין כמותה בעולם.

תודתי והערכתי לרב שלמה בניזמן מנהל אגף קהילה, חברה ואולמות על עשייה ברוכה, ולשותפים כולם.

בידידות ובהערכה,
ישראל זינר
מנכ"ל העירייה



בואי והצטרפי
למשפחת "רגע אישי"
ותהני מכל רגע
regaishibb@gmail.com

ההרשמה באמצעות
קוד סדנא, ת.ז של אחד ההורים
ומספר אשראי.

טלפון לבירורים:
03-6157632
בשעות 11:00-13:00



הכניסה לסדנאות באמצעות מספר זהות!

במקרה שהסדנה מלאה, אנא פנו אלינו במייל
ונשמח לפתוח סדנה נוספת במידה ויתאפשר

לרישום לסדנאות חייגו:
0733-477-474



יותר!

סדרת 'רגע אישי' הפכה לחלק משגרת תוכן ברוכה וייחודית שהתברכה בה בני ברק. מה שהחל בצעד מהוסס – הפך ליוזמה כבירה הזוכה להדאיר ולשיאים של התעניינות בקצב מסחרר. 'רגע אישי' – שרשרת מפגשי תוכן והחוויה שהפכו למסורת מרשימה של עשייה מרגשת ולחלק בלתי נפרד מההשקעה העירונית למען העיר ותושביה.

בגילוי לב, רמת הביקוש לאירועי התוכן הינם מעל ומעבר. ההתלהבות המיוחדת וההיענות סביב מפגשי התוכן כולו, מספרים את סיפור ההצלחה. הצלחה שהביאה אותנו להרחיב את המעגלים עוד ועוד, להוסיף תכנים ומפגשים עד לשיא הנוכחי כאשר התכנית הופכת לגדולה יותר, קהילתית יותר ומגוונת הרבה יותר.

בהשקעה ובהערכות מיוחדות של צוות האגף, נבנתה התכנית במנעד רחב של תכניות מרתקות ומפתיעות, המאפשרת לאלפי משתתפות למצוא את הרגע שלהן וליהנות מרגע אישי ותכנים עשירים המעניקים כלי מעשה וכלי מחשבה בחוויה וברעננות מיוחדת.

זכות נעימה להוקיר ולהודות לפועלו של ראש העיר הרב חנוך זייברט, שמאז כניסתו לתפקיד מעניק תנופה מיוחדת לתכנית תוך הקצאת משאבים והעמקת הפעילות בראייה מדהימה של שליחות ונתינה, כי לכל תושב בעיר מגיע יותר. תודה מיוחדת למנכ"ל העירייה הרב ישראל אירנשטיין על תנופת עשייה ותמיכה לכל אורך הדרך.

זה הרגע לנעוץ 'רגע אישי' משלך, לבחור את הסדנאות המרתקות, להירשם, ליהנות ולמלא מצברים מחדש!

חורף ברגא ורגעים שיש בהם,

אמיה צלוימן

מנהל אגף קהילה, חברה ואולמות

הימלאיה של מעלה

חני ליפשיץ

החובה והזכות, לחיים של שליחות...
מסע של שליחות עם חני ליפשיץ
הרצאה אינטראקטיבית הכוללת הצצה לחיי שליחות
מרתקים ומפעימים בקצה העולם, בשילוב סיפורים
עוצרי נשימה וקטעי וידאו עוצמתיים מנפאל.



// רגע של שליחות

לפגשים השליחות ותחילה אהבית. חיוך או אחאאה
לסוכבים אותך ילדו אותם לאורך זמן..

משך סדנה:
שעה וחצי



קהל יעד:
נשים ונערות



מחיר כרטיס:
₪ 25





להגביה ציפיות להגיע רחוק!

האמא גב' ת. מונק ובתה ציפי

להתפעם, להשתומם, להתרומם...

אירוע אומנותי מפעים עם ציפי, נמוכה במתיקות
גבוהה, יחד עם אמה על הבמה. הפקה מלאת עומק
וגובה, גדושה בעוצמה, אמונה, שמחה והודיה.

משך סדנה:
שעה וחצי



קהל יעד:
נשים ונערות



מחיר כרטיס:
₪ 25



// רגע של התרוממות

בסופו של דבר זה שמנה אינו כזה פנים
היו בחיך, אלא כזה חיים היו בפנותיך...



בית מהחלומות או חלום בלהות?

אומנית הבמה: מיכל ירושלמי | מנחת הורים:
בתיה וגשל | הזמרת: יהודית בלוך

ערב שבת ואת במתח,
ליל הסדר בפתח, הבית מאורגן?
בטח (שלא!)... זה קורה במשפחות הכי טובות!
הצצה מרתקת לשטח הביתי ונגיעה בסוגיות
משפחתיות שמעסיקות כל אמא בישראל.



// רגע של משפחה

אל תחלוננו על המציאות, תייצרו אותה

משך סדנה:
שעתיים



קהל יעד:
נשים ונערות



מחיר כרטיס:
₪ 30



לרעות בטוב

השחקנית: רחלי גוטליב
מנחה ומנתחת התנהגות: רחל גולדשטיין

מישירים מבט, לחיים של בת.
השחקנית רחלי גוטליב ומנתחת ההתנהגות רחל גולדשטיין בדואט מרתק על אתגרים והתמודדויות בגילאי העשרה, לצד מתן כלים להכלה, הבנה והעצמה. ערב מעצים לאימהות

משך סדנה:
שעתיים



קהל יעד:
נשים



מחיר כרטיס:
₪ 25



// רגע של חיבור

אכתה אחת וסוקולד קטן בסוף יום לכת
העשרה, חסוץ לחמס את הלכ וספנק בסזול...



הקינוח נגמר הקסם נשאר...

רותיז

תכינו שולחן, הקינוח כבר מוכן...
סדנת קינוחים עם רותיז. מתכוני קסם לחגיגה של
טעמים: מוס על בסיס קרם אינגלייז, ציפוי מוס
בריסוס שוקולד, יצירת קישוטי שוקולד מיוחדים



// רגע של יצירה

יצירתיות היא לראות מה שכולם ראו,
ולחשוב על מה שאף אחד לא חשב

משך סדנה:
שעה וחצי



קהל יעד:
נשים ונערות



מחיר כרטיס:
20 ₪





פטנט רשום


א. סתיו, עורך מדור 'פטנט רשום' בעיתון המודיע

מגלים את העולם, זה עובד מושלם, פטנט, והקושי נעלם!

הרצאה מרתקת בליווי מצגת אטרקטיבית, עם פטנטים שעובדים לכל אחד, בכל בית. בהנחיית עורך המדור הפופולרי 'פטנט רשום' בעיתון המודיע. מחפשים פתרון? קבלו פטנט גאון!

משך סדנה:
שעה ורבע 

קהל יעד:
נשים ונערות 

מחיר כרטיס:
20 ₪ 

// רגע של גילוי

לפעמים טעות היא פתח לתגלית



תינוק רגוע זה ביידיים שלך...

אלקה חרל"פ

להעניק ולחבק, לעסות ולפנק!
סדנת עיסוי תינוקות וכלים להתפתחות מעולם
בייבי יוגה. כל הדרכים והכלים לעיסוי מפנק
ומיטיב לבייבי שלך, כי מרגיע לו יותר!



// רגע של פינוק

גם אם אין לך זמן לעיסוי ממושך, חוץ מאיחוי חלטה
וחפטים אוהבים של אחא יעניקו לתינוקך פינוק וחום

משך סדנה:
שעה וחצי



קהל יעד:
נשים



מחיר כרטיס:
40 ₪



לפעמים הקינוח הוא רק תירוץ...

חיה רבינוביץ

ליצור ולזלף, לפנק בכיף, ולהרגיש שף!
סדנת זילוף לילדות להפקת קינוחים
מרשימים במיוחד.

// רגע של הנאה

אחפסת הזדמנות להעצים את בתך?
תני לה להרשים גדולה, להיכנס למטבח
ולהכין מתכון קאלי. ההנאה אובטחת!



משך סדנה:
שעה ורבע



קהל יעד:
ילדות



מחיר כרטיס:
20 ₪



התחפושת עולה רמה!

חיה גרייזמאן

כשהלוק מושלם, החוויה גם...
תסרוקות מקצועיות לשדרוג התחפושת בקלי קלות,
בעזרת טכניקות וטיפים מעשיים, תרגול ויישום.
תסרוקות פתוחות, קוקס מרשים, צמות מיוחדות, שילוב
גומיות צבעוניות, טיפים לשילוב אביזרים להשלמת
התחפושת. להצטייד במסרק וכמובן בילדה חמודה!:



// רגע של חוויה

תחפושות זה לא רק עניין פוריאני. גם באמצע
השנה נסו להתחפש, לנחוק וליהנות. שאלו
תסרוקות מעניינות, והאזרנלין פשוטים

משך סדנה:
שעה וחצי



קהל יעד:
נשים ונערות




מחיר כרטיס:
20 ₪




איפור, זה כל הסיפור(ים)!

רחל ברנס

חיוך רחב, מה המצב? פורים עכשיו!
 סדנת בוטיק לציורי פנים לפורים.
 לומדים ומתנסים בציורי פנים, משדרגים
 כל תחפושת ומשלימים את הלוק הפורימי
 באופן מקצועי, חווייתי ומהנה.
 יש להביא ילדה חמודה:

משך סדנה:
שעה ורבע 

קהל יעד:
נשים ונערות 

מחיר כרטיס:
30 ₪ 

// רגע של הבנה

פורים הוא היום בו נאלץ האם כל השנה
 אנו מחופפים...



ילדים מסדרים בשמחה

לאה ישראלי

מי כאן מסדר? למה דווקא אני ולא אחר?
לאה ישראלי בסדנה ייחודית בה תקבלי כלים
מעשיים ליצירת שיתוף פעולה של הילדים בסידור
הבית בחשק וברצון, מתוך הבנת נקודת המבט של
הילד והבנת ההתנהגות ההורית.



// רגע של תובנה

הדבר היחיד שהוא יותר ארוץ מלהתחיל
ואהיכסל, הוא לא להתחיל בכלל

משך סדנה:
3 שעות



קהל יעד:
נשים



מחיר כרטיס:
20 ₪




מה הקשר?


הרב חיים גולדשמיט


להתחבר למצווה, לקשור באהבה...
סדנה ייחודית לבנים ללימוד והתנסות מעצימה
בקשירת ציציות. כך ילדכם ילמד לקשור את
הציציות בעצמו, ולצאת עם ציצית מוכנה מעשי
ידיו לתפארה!

חדש!

לילדי הת"תים

משך סדנה:
שעתיים 

קהל יעד:
בנים ו'ח' 

מחיר כרטיס:
25 ₪ 

// רגע של קשור

תכלית החיים היא חיים עם תכלית



תינוק רגוע זה בידיים שלך...

שעה	אולם	יום	תאריך	קוד
10:00	בי ג'אמפ	ראשון	23.02	107
20:00	עירייה	שלישי	25.02	108
10:00	עירייה	חמישי	27.02	109
10:00	בי ג'אמפ	ראשון	02.03	110
20:00	עירייה	שלישי	04.03	111
10:00	עירייה	חמישי	06.03	112
10:00	בי ג'אמפ	ראשון	09.03	113
10:00	עירייה	שני	17.03	114
20:00	בי ג'אמפ	רביעי	19.03	115
10:00	בי ג'אמפ	ראשון	23.03	116

התחפשת עולה רמה!

שעה	אולם	יום	תאריך	קוד
17:30	אורליאן	חמישי	27.02	121
20:00	אורליאן	חמישי	27.02	122
17:30	עירייה	ראשון	02.03	123
20:00	עירייה	ראשון	02.03	124
17:30	עירייה	רביעי	05.03	125
20:00	עירייה	רביעי	05.03	126
17:30	עירייה	ראשון	09.03	127
20:00	עירייה	ראשון	09.03	128
17:30	פתאיה	שני	10.03	129
20:00	פתאיה	שני	10.03	130

איפור זה כל הסיפורים!

שעה	אולם	יום	תאריך	קוד
18:00	פתאיה	ראשון	02.03	131
20:00	פתאיה	ראשון	02.03	132
18:00	עירייה	שני	03.03	133
20:00	עירייה	שני	03.03	134
18:00	עירייה	חמישי	06.03	135
20:00	עירייה	חמישי	06.03	136
18:00	פתאיה	ראשון	09.03	137
20:00	פתאיה	ראשון	09.03	138
18:00	עירייה	שני	10.03	139
20:00	עירייה	שני	10.03	140

שעה	אולם	יום	תאריך	שם הסדנא	קוד
20:00	רמת אלחנן	שני	03.03	הימלאיה של מעלה	100
20:30	משואות	מוצש"ק	01.03	להגביה ציפיות להגיע רחוק!	101
20:00	רמת אלחנן	ראשון	23.03	בית מהחלומות או חלום בלהות?	102
20:30	משואות	מוצש"ק	22.03	לרעות בטוב	103
20:00	משואות	שני	10.03	הקינוח נגמר הקסם נשאר...	104
20:00	האגף לשירותים חברתיים	רביעי	26.02	פטנט רשום	105
20:00	האגף לשירותים חברתיים	רביעי	19.03	פטנט רשום	106
15:00	פתאיה	שני	24.02	לפעמים הקינוח הוא רק תירוץ...	117
17:30	פתאיה	שני	24.02	לפעמים הקינוח הוא רק תירוץ...	118
15:00	אורליאן	רביעי	26.02	לפעמים הקינוח הוא רק תירוץ...	119
17:30	אורליאן	רביעי	26.02	לפעמים הקינוח הוא רק תירוץ...	120
19:30	רמת אלחנן	רביעי	19.03	ילדים מסדרים בשמחה	141
20:00	רמת אלחנן	מוצש"ק	22.03	מה הקשר?	142
20:00	פתאיה	מוצש"ק	29.03	מה הקשר?	143

מרכז פיס משואות, רחוב ירושלים 1
מרכז פיס רמת אלחנן, רחוב רבינוב 4
מתנ"ס אורליאן, רחוב אורליאן 27
מרכז פיס פתאיה, רחוב פתאיה 2
ביג'אמפ, רחוב המכבים 63
עיריית בני ברק, קומה ג' (לפי שילוט)
האגף לשירותים חברתיים, כהנמן 107 (אולם שעורה)



