

ניצן בעסק

פרסום מידע ותוכן לציבור החרדי תושבי העמק והסביבה

גיליון 316 / 27.07.25 ב' באב תשפ"ה



היי, האתר שלנו ע"ה
לאויר, אפסר
להנות ממנו
אם מכאן:

03
רילקס
במרחב חדש
עם הטבה
מפנקת!

07
רוצים להשכיר
את דירתכם
בבין הזמנים?
מידע בעמק

11
ריקי כהן ביום
מכירה מיוחד -
מכירת פאות!

בס"ד

שורות פתיח סליחות

"קול דודי דופק...
פתחי לי..."
האלול שלך יראה אחרת...

הנכן מוזמנות לכנס אלולי מיוחד שטרם נראה במחוזותינו

פתוחות

חייבור לנשמה בליווי אומניות הבמה

הלמרת

יעל כליפא

הלמרת

יפוש ברכה

בהשתתפות להקת במחולות

הכנס יתקיים אי"ה ביום שני, כ"ב אלול
15.09.25 (למניין) בהיכל התרבות עפולה
פתיחת דלתות: 19:30 | תחילת מופע: 20:15

את חייבת את הסרה הלה לאספא!

עלות כרטיס במכירה מוקדמת: 50 ש"ח
 בערב המופע: 65 ש"ח
 לפרטים נוספים: 053-9510-660 ג. מגור

הסופרת הגב' חיה הרצברג
 בהנחה רוחנית לימים העוראים

דברי ברכה:
 ראש העיר מר אבי אלקבץ
 סגן ראש העיר מר יצחק טנאי

נקודות מכירה:

עפולה: 052-557-1303	גבעת המורה: 055-677-8001	עפולה עילית: 053-9510-660
------------------------	-----------------------------	------------------------------

תוכן העניינים

04 איחולים
בעמק

08 רפואה
שלימה

20 סיפור
מהפרשה

26 כדאי
לדעת

28 רק
בריאות

34 מתכון
בקטנה

36 יצירה
בקטנה

21 זמני
תפילות

41 לוח
העמק

42 מזג
אוויר

כמה מילים מהמסכת

ייחודה של פרשת דברים טמון בכך שהיא מסמלת את המעבר מדור המדבר לדור הבא, המוכן לכונן חיים של קדושה ותורה בארץ. זוהי פרשת פרידה של משה ובה בעת פרשת התחלה עבור עם ישראל, המכינה את הלבבות לקראת ההנהגה החדשה ואתגרי העתיד. ניתן לראות בה מסר אקטואלי לכל דור, המלמד אותנו לעצור בצמתים, ללמוד מטעויות העבר ולשאוב כוח מהצלחות, תוך זכירה שהעתיד תלוי בהיצמדותנו לערכים הנצחיים של התורה והאמונה.

מיכל באמק

לפרסום בגיליון מידע בעמק מחלקת שיווק:

050.357.2111 | 052.717.7342
meidabaemek@gmail.com

עיצוב ומיתוג:

יוליאנה סטודיו למיתוג ופרסום עסקים.

חולמים על בניה או שיפוץ?
עצרו!
דקה לפני שאתם מתחילים...



*you studio

טלפון אחד היום יכול למנוע לכם המון כאבי ראש מחר

מוטי רייך ילווה אתכם באופן אישי לאורך כל הפרויקט
משלבי התכנון כולל תיאום מקצועי, יועצים, מהנדסים ומעצבות פנים.



פיקוח וליווי
לאורך כל הבניה



בחירת קבלנים
והשוואת הצעות מחיר



ליווי אישי
בתכנון ובהיתרים



ייעוץ מקצועי
משלב החלום



ייעוץ ניהול ליווי בניה

054-846-0327

**לשיחת ייעוץ חינם
התקשרו עכשיו:**



איחולים בעמק



רוצה להעניק?

אשמח לעזור לך

דבורה כהן, מדריכת הנקה עפולה עילית 052.713.4307

פגישות ייעוץ | ליווי ומעקב טלפוני | סדנאות הכנה להנקה

מזל טוב למשפחת **בלייער** מע. עלית
להולדת הבן, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **שיין** מע. עלית
להולדת הבן, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **גפנר** מע. עלית
להולדת הבת, הרבה נחת!

לת"ת בעפולה דרוש מזכיר
6 שעות ביום
נסיון בתחום - חובה
לשליחת קו"ח
y3131939@gmail.com

מזל טוב למשפחת **וינקלר** מג. המורה
להולדת הבת, הרבה נחת!

ברוכים למשפחת **גולדברג** מג. המורה
להולדת הבת, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **קרויס** מג. המורה
להולדת הבן, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **גולדברג** מג. המורה
להולדת הבת, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **נאה** מג. המורה
להולדת הבת, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **גולדשטיין** מג. המורה
להולדת הבת, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **גולדשטיין** מג. המורה
להולדת הבת, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **מגיד** מע. עלית
להולדת הבן, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **נייהויז** מע. עלית
להולדת הבן, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **פקשר** מע. עלית
להולדת הבת, הרבה נחת!

מזל טוב למשפחת **בראנדווין** מע. עלית
להולדת הבן, הרבה נחת!

נולד לכם/לשכניכם בת/בן במזל טוב? חוגגים בר מצוה? חבר פתח חנות?
בואו לאחל את ברכתכם ולשתף את כלל התושבים בשמחה!!! הפרסום ללא עלות!
שלחו לנו מייל וציינו בנושא "איחולים בעמק" **meidabaemek@gmail.com**

מענדל ואושר מגישים:

שני אחים. שדה אחד.
תעלומה מסעירה שמאיימת
על האחוזה והשלום
רגע לפני שיהיה מאוחר מדי.

חווית דרמה סוחפת,
הומור מדויק
ולב שפועם חזק.
אתם תצחקו, תתרגשו
ותזכרו מה באמת חשוב.

בזהירות האחים

הצגה חינוכית מרתקת

שניאור מוזס

דמי בניסה 5 ש"ח

ביום האירוע 10 ש"ח

לרכישה במרכז העיר:

מתנס ברקוביץ | 04-6001678 | 04-6467468

ביום האירוע - כחצי שעה לפני תחילת המופע

לרכישה בהר יונה ג במזומן בלבד:

מרכז מסחרי הר יונה ג - פיצוחי מגדל

הרב פנחס מילר 4 - שולחן פרפקט

היכל התרבות ברקוביץ

מעלה יצחק 4 נוף הגליל

פתיחת דלתות 15:30

תחילת מופע 16:00

האירוע בהפרדה

יום רביעי

בו מנחם אב 20.8



"פנינת עילית"

מתחם "פנינת עילית" בעפולה עילית
מציע וילה גדולה ויוקרתית וצימר
מפנק עם ג'קוזי.

במקום חצר מטופחת הכוללת
בריכות, טרמפולינה ופינות ישיבה.
קרוב לבתי כנסת ומרכולים. כלל
המתחם זמין רק בבין הזמנים,
את הצימר ניתן לשכור בנפרד בכל
ימות השנה.

פלאפון: 052-7693907 / 052-
7692218

מייל: batel.tov@gmail.com

דופלקס החלומות

בסופ"שים דופלקס חדשני 5 חדרים
ממוזגים, 2 מרפסות מוצלות לנוף
מדהים.

ממוקם בשכונת ע. עילית
פלאפון: 050-4125998 / 058-
7621484

צימר "עמק החוויה"

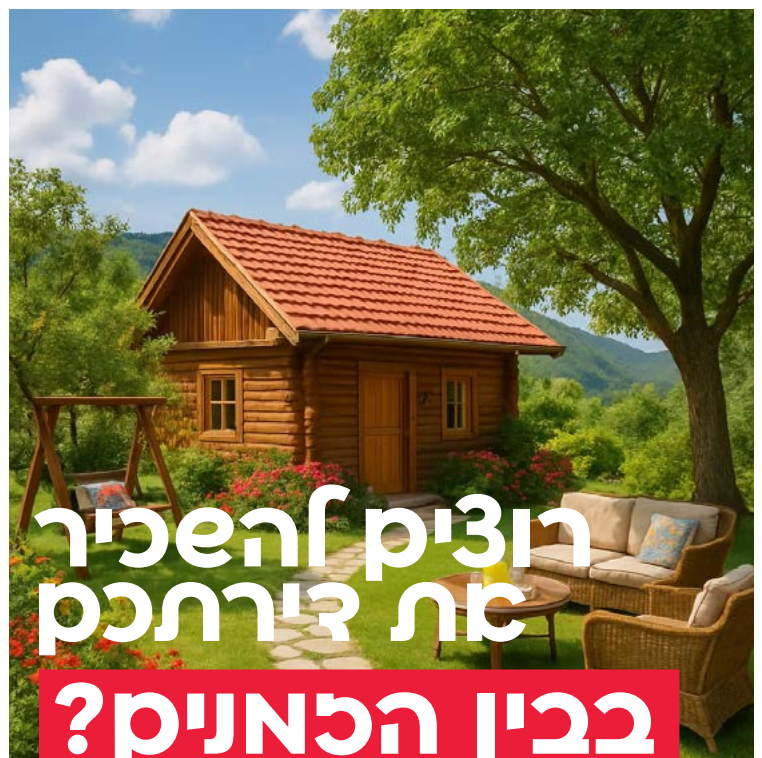
צימר "עמק החוויה" בג. המורה הוא
פנינת טבע קסומה בעמק יזרעאל.
מחפשים שקט, נוף עוצר נשימה
ואווירה מרפאת?

כאן תמצאו מרחב טבעי עם תצפית
מרהיבה. מתאים לזוגות (ניתן להביא
ילד עד גיל שנה). לפרטים והזמנות:
רח' קורצ'אק 5, גבעת המורה.

פלאפון: 050-4123504
מייל: shilat504@gmail.com

דירת נופש לשקט שלך

בית פרטי חלומי בעפולה, באיזור
החרדי בגבעת המורה שתי קומות,
מיקום צדדי ושקט, משופץ ומטופח



רוצים להשכיר את דירתכם

בבין הכאנים?

ככל שנה אנו יוצאים באיכס 'בין
הכאנים'

הנה חדר באיזה בעמק, פרסוק
דירות נופש וצימרים

בפלטפורמה החדשה שלנו 'איזה
בעמק פלוס':

באתר איזה בעמק, בבוט ובאיין
האטומטי, בקו הטלפוני

ובאיונות השבועיים בכל תקופות 'בין
הכאנים'

יתכן והפרסוק יאשיק כל השנה (לא
תוספת תשלום)

באתר הפרסוק כולל תמונות

15X12
בלבד!

ארכיטקטורה אחת כאן!

אמצא דירות אחת כאן!

office@mb043130164.co.il

04-3130164

להוסיף מזרונים.
מושכרת לימי בין הזמנים, שבתות
ותקופות קצרות
מחירים מיוחדים לאנ"ש!
פלאפון: 058-3268598

חופשה משפחתית
דירת נופש מקסימה בגבעת המורה
מחכה לכם!
סלון מרווח עם ספות נוחות,
2 חדרי שינה, מטבח ואמבטיה
משופצים.

בואו ליהנות מנוף עוצר נשימה
ומרגוע אמיתי. המיקום המרכזי
מבטיח לכם גישה נוחה לכל מה
שתצטרכו.
פלאפונים ליצירת קשר:
055-6727620 / 054-8567574

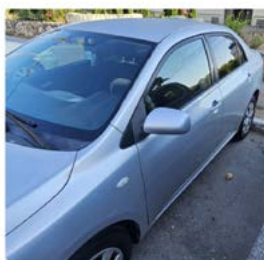
להשכרה בגבעת המורה למעלה

דירה משופצת בת 4 חדרים (3
סגורים)+2 שירותים+אמבטיה+חצר
צמודה מרוצפת, הדירה ממוזגת,
סורגים בכל החלונות, קומת קרקע,
כניסה פרטית. לפרטים
052-7620978

למכירה
טויוטה קורולה שנת 2009
יד: 3

ק"מ: 264000

שמורה ללא תאונות, מטופלת בזמן, אמינה מאוד.
כולל מערכת מולטימדיה ומצלמת רוורס.
לפרטים 0552774189



מאוד עם נוף מרהיב!
3 חדרים סגורים וסלון עד 10 מיטות
+ חצר עם פינת ישיבה גריל גז נדנדה
וטרמפולינה גדולה הליכה של כ- 7
דקות לבית כנסת ולתחנות אוטובוס
מרחק של 25 דקות נסיעה מעמק
המעיינות ו- 40 דקות מטבריה
1,400 ש"ל לילה
יש הנחה לסוגרים סופ"ש או כמה לילות
פלאפון: 052-7158055
מייל: riki0527158055@gmail.com

דירת נופש בעפולה עילית
איזור שטיבל קרעסטיר. 3 חד'. מטופחת
ונקיה. 4 מיטות+לול. מיזוג אויר.
מחיר ללילה 600 ש"ח. פלאפון: 058-
3258094

בית פרטי בגבעת המורה רחב
פונה לנוף, ממוזג היטב כולו, ניתן
להתארח עד 10 מבוגרים כולל בריכה
על עמודים. 4 חדרי שינה + חדר עם
יחידת הורים. פנויה בשבוע השני של בין
הזמנים. לפרטים 052-7644847

צימר "אצל דוד בכפר" בכפר
גדעון.

מושב חרדי ליד מגדל העמק, נוף הגליל
ועפולה.

מתאים לזוג 3 ילדים, כולל בריכה
פרטית, מגודרת ונעולה ומרפסת גדולה
שמשקיפה לנוף המדהים.
לפרטים שגית 054-7720621

הדירה על הגבעה

להשכרה דירת נופש בגבעת המורה
במיקום מרכזי מאוד, בתי כנסת, תחנות
אוטובוס ומרכז קניות.
הדירה בת 4 חדרים, נעימה וממוזגת,
כוללת מספר מיטות ולול לתינוק, ניתן

מוסד חינוכי לבנים בצפון

מזמין מורים בעלי שליחות, מקצועיות וערכיות
להצטרף לצוות החינוכי שלנו לשנה"ל הקרובה

דרושים:

- מורה לאנגלית
- מורה למתמטיקה
- מורה לאומנות
- מורה להסטוריה / גאוגרפיה
- מחנכים
- מקצועות קודש

דרישות:

- ✓ תעודת הוראה רלוונטית ✓ ניסיון בהוראה – יתרון
- ✓ אהבה לילדים ✓ יחסי אנוש מעולים ✓ אחריות ומסירות

קו"ח והמלצות יש לשלוח למייל:

jobs@migdal-ohr.org.il



למען יהאום בעפולה עילית

דרושות

לשנת הלימודים הבעל"ט

פטפלות

אחריות ואכפתיות

סכנהבות ילדים ומחפשות עבודה עס נשמה

תנאי שכר מעולים | צוות מפרגן וסביבה נעימה

א. גולדברג 054-8495986

yahalomafula100@gmail.com





בס"ד

החופש הגדול! אמא יקרה!!!

הנך מוזמנת לערב מעצים
ונותן כלים לקראת החופשה הקרובה

במפגש של שיח פתוח, ארגז כלים
תובנות והדרכה מעשית
כיצד להפוך את החופש עם הילדים והמתבגרים
לגשר של חיבור, גיבוש וחוויה חיובית
בחק המשפחה

עם תאום ציפיות והכנה מוקדמת - הכל יראה אחרת!

שי אישי!

ערכת משחקים
לחופש
לשימוש ביתי

זמן משחק
סדנת משחק חוויתית
להפעלה בחופשה
מבית "משחקים להנחלה"
בהנחיית
לאה וולפסון

חופשה בטוחה
או מתוחה

הרצאה מרתקת
מפי הרב צבי ירום

יום רביעי ה' באב 30/07

20:00 בדיוק!

עלות כניסה:
10 ש"ח מילואין כניסה
כיקוד קל!

מרכז המוסיקה והמחול רחוב העצמאות
בברכה יוסי רואש יו"ר מועצה דתית ותרבות תורנית

עדיף בהרשמה מראש דורית אורן

מגשרת קהילתית אגף שירותים חברתיים 052-599-0002





רפואה שלימה

לקיים בנו חכמי ישראל
אמרו תהילים פרקי קי"ט
על שם מרן אדמו"ר מויזניץ שליט"א
הזקוק לרחמי שמים מרובים
הרב ישראל בן לאה אסתר
והן אל כביר לא ימאס תפילת רבים

נא התפללו
לרפואת האשה היקרה,
תמר חיה בת שרה לרפואה שלימה

נא התפללו לרפואת הילד הקטן,
שמעון בן מיכל לרפואה שלימה

נא התפללו לרפואת הילדה הצעירה
אסתר בת תהילה לרפואה שלימה

נא התפללו לרפואת האברך
משה חיים בן רחל לרפואה שלימה

נא התפללו לרפואת
בת שבע מירל בת טובה גיטל
לרפואה שלימה!

לחצו כאן לקריאת תהילים
לרפואת
אבנר בן נעמי
לרפואה שלימה!

לחצו כאן לקריאת תהילים לרפואת חייל
שנפצע קשה בלבנון אח של תושבי עפולה
מיכאל בן פריידל
לרפואה שלימה

נא התפללו לרפואת התינוק המתוק
בן עירנו:
שניאור מאיר בן רבקה ליבא
שחלה וזקוק לרחמי שמים מרובים
רפואה שלימה בתושח"י

נא להרבות בתפילה עבור האשה
שהתמוטטה ערב חתונת בנה וכעת נמצאת
במצב קשה וללא הכרה:
אסתר רוזה חיה בת שמחה

נא התפללו לרפואת התינוקת
אסתר הדסה בת שירה תהילה
לרפואה שלימה

ניתן לשלח שמות לרפואה שלימה, הפרסום ללא עלות! שלחו לנו מייל וציינו בנושא
"לרפואה שלימה" | meidabaemek@gmail.com | נשמח לקבל עדכון של בשורות
טובות | במידה והשם עדיין עדכני לתפילה אנא עדכנו אותנו.



מופע סיום בין הזמנים

אברהם פריד

ניהול מוזיקלי: יובל סטופל

אמפי נופארק - נוף הגליל

18:30 פתיחת שערים
20:00 תחילת מופע

כ"ז באב
21.8

הישיבה בהפרדה מלאה



מחיר כרטיס: לתושבי נוף הגליל - 30 ₪ תושבי חוץ - 50 ₪
רכישה: אתר רשת המרכזים הקהילתיים "פסיפס" |
מזכירות מתג'ס ברקוביץ, פארק המים, המתחם

הפקה: ממנ הפקות



חדש בעפולה!

שיעורי פסנתר לכל הגילאים | ליווי מוסיקלי |
בימוי וייעוץ למקהלות קיימים

Mrs. Dina Storch

מורה בעלת ניסיון בינלאומי בארה"ב
מעל 40 שנה.

מחיר: 100 ש"ח לשיעור של חצי שעה

לפרטים ותיאום שיעור:

טלפון: 055-3339837

וואטסאפ: +17327791804

אימייל: dinastorch@gmail.com

הצטרפו אליי למסע מוסיקלי
ויחד נגיע לפסגות חדשות.

מחפשת מקום עבודה עם שליחות,
עשייה משמעותית וסביבה מקצועית ותומכת?
מאמינה בכוחו של טיפול אנושי, חומל ומקצועי?
מקומך איתנו!



לכיתות מעון חדשות לפעוטות עם אוטיזם
ולכיתה שקומית במעון "צהר הלב" עפולה

דרושות סייצות



ליווי והדרכה שוטפת



עבודה בצוות
רב מקצועי מגובש



תחושת שליחות וסיפוק



סביבת עבודה
מכילה ותורמת

לשליחת קורות חיים:

04-6269034 | MAONAF@TZLEV.COM

לפרטים נוספים: נחמה הוך 050-4172672



תפארת
כל אומת יומי

המחזמר הענק של בין הזמנים
הפקת ענק שטרם נראה נחותה

קרנף הכוננים
בעקבות הספר הגנוז

בהשתתפות: שחקני כח תפארת אמני קרנף ואורות להטוטנים
שוכי סלומון נהוראי איראלי כירועניקה ומנה במה בהפקת ענק

לחטיבת מגדל העמק
לחטיבת מגדל העמק
25
45

במחזור
ימי
בתי
אסולין
ראש העיר

חמישי | כ' אב | 14.08 | 15:00 | 17:00
מתנס מגדל העמק רמת יזרעאל 5

ברטיסים: באתר גלאטיקט | GLATTICKET.CO.IL
המכירה להצגה השנייה תיפתח לאחר סגירת ההרשמה הראשונה



חופע טובים

מרחיב

בסיתוף פעולה עם הקהל

יום רביעי יט מנחם אב 13.8.25

הר יונה ג - אולם שע"י בית ספר בעלזא

בנות בשעה 12:00 | בנים בשעה 13:30



דמי כניסה 5 ש"ח ביום האירוע 10 ש"ח

לרכישה במזומן בלבד:

מרכז מסחרי הר יונה ג - פיצוחי מגדל | הרב פנחס מילר 4 - שולחן פרפקט



סיפור הפרשה

סיפור לפרשת דברים

בפרשתנו, משה רבנו ממנה שרים על ישראל ומצווה "ושפטתם צדק בין איש ובין אחיו". סיפור על חוכמתו של הגאון רבי יחזקאל לנדא בעל ה"נודע ביהודה", במשפט שבא לפניו וכיצד הצליח להוציא את האמת לאור - להרשיע את הגנב ולהחזיר את ממונו של הנגנב...

מעשה בסוחר יין עשיר אשר קנה מספר רב של חביות יין בהונגריה והובילם הוא ועוזרו לפראג. בערב שבת חנו באכסניה אחת כדי לשבות שם את השבת.

עוזרו של הסוחר רצה להטמין את צרור כספו שלא ייגנב חלילה משום כך הטמין את הכסף בין חביות היין הרבות.

בהיותו טרוד בהטמנת הכסף לא שם ליבו כי סוחר היין עוקב אחר מעשיו... כאשר הלך, בא הסוחר ונטל את כספו...

במוצאי שבת חזר העוזר כדי לקחת את צרור כספו והנה... הכסף איננו!

הבין העוזר כי ידו של הסוחר בגניבה משום כך תבעו לדין תורה לפני הגאון רבי יחזקאל לנדא בעל ה"נודע ביהודה".

קרא הרב לסוחר העשיר שיבוא לפניו לדין תורה.

כאשר הגיע הסוחר לבית הרב פתח בצעקות: "שמא עוזר זה חושד בי בגניבה? האם כך הוא גומל לי על כל הטובה הרבה אשר גמלתי לו כל הזמן?..."

יסלח לי כבודו - אמר הרב - אכן רואה אני כי אדם ישר מאין כמוך אתה. אין אני חושד בך חס ושלום בגניבה כנראה אחד העגלונים

הגויים הוא זה אשר גנב את צרור כספו של המסכן הזה.

אכן! - אמר העשיר בשמחה - כנראה כדברי הרב כן הוא.

אם כך - אמר הרב - אין אתה חייב לשלם מאומה ושוב לביתך. ואולם... את כל החביות שברשותך עליך לשפוך!...

לשפוך את כל היין??? - זעק הסוחר - מדוע? הן זה הפסד עצום!

אכן כן - ענה הרב - אולם אם אחד העגלונים הגויים הוא זה אשר גנב את הכסף חושש אני שמא תוך כדי מעשה נגע אחד מחביותיך והפך את היין ליין נסך. משום כך עלייך לשפוך את כל חביות היין האסור!

כאשר שמע הסוחר את דברי הרב החל לבכות והודה מיד כי הוא זה ששלח ידו בגניבה ומוכן להחזיר מיד את כל הסכום.

לא! - אמר הרב - איני מאמין לך אשר אמרו חכמים: "אין אדם משים עצמו רשע"

אדם המספר כי עבר עבירה אין אנחנו מאמינים לדבריו. יתר על כך, אולי מודה אתה בגניבה כדי להציל את יינך?

נתן הסוחר סימנים כי הוא הגנב אולם הרב לא הסכים אלא אם כן ישבע הסוחר בבית הכנסת קבל עם ועדה כי הוא זה אשר גנב את הכסף ויחזירו.

הסכים הסוחר וכך עשה רק אז התיר הרב את היין...

כך הצליח הרב בתבונתו לעשות משפט צדק.

שבת שלום!

יציאת השבת

נוף הגליל
20:16

מגדל העמק
20:16

עפולה
20:15

כניסת השבת

נוף הגליל
19:10

מגדל העמק
19:16

עפולה
19:06



בניית

פרגולות

בהתאמה אישית

דייקנות. שירות. אמינות.

053-4191504



מגדל העמק
צומחים, מתחדשים.



RUTI WOLFSON & SHANI EYTAN
PRESENT

בס"ד

תוכן באנגלית,
כתוביות בעברית
לגילאי 7-99

THE BUBBY TRAP

סבתות במלכודת

הכפילי את הטרגדיה-קבלי את הקומדיה

שתי תאומות זהות, שהופרדו בינקותן וגדלו אצל סבתות שונות בתכלית, נפגשות במקרה במחנה קיץ.
הן מחליטות להחליף זהויות במטרה לאחד מחדש את משפחתן המפוצלת.
המסע שלהן, שמלווה בקומדיה, דרמה ורגעים מרגשים, חושף פערים בין עולמות שונים –
דבי, ג'ודי, גרנדמה ובאבי – ומוכיח שעם קצת ויתור ואהבה, כל מחלוקת ניתנת לגישור.



לקבלת טריילר:

thebubbytrap@gmail.com

אין כניסה
לעגלות!

מכירה מוקדמת מחיר 20 ₪
ביום ההקרנה ותושבי חוץ 30 ₪
ניתן לרכוש בטיקצאק או אצל
משפחת שוברטוב, הרב עובדיה יוסף 20

יום ראשון 17/8 כ"ג אב
פתיחת שערים: 19:30
הקרנה: 20:00
מתנס מגדל העמק



בברכה יוסי ראש יו"ר המועצה הדתית
והמחלקה לתרבות תורנית



לחוברת פעילויות בין הזמנים לחצו כאן !

לרכישת כרטיסים לחצו כאן !

295X260
X205
ס"מ

חדש בעפולה עיליתנו!

השכר מתנחים אולדים

הקיץ הגיע ואתם רוצים לתת
לילדים חוויה שלא ישכחו?
טרמפולינה שמתאימה לכל בית
והצרה.

ובמחירים שוברי שוק!
לפרטים והזמנות:
0552589237

שנתיים: 150 ₪
5 שעות: 250 ₪
יום שלם: 400 ₪

מגדל העמק
בני חש כוח
מספרים מתחילים

קיץ שנ הנאה במחיר העמק

לחוברת פעילויות לחצו כאן !

חוברת ארועי קיץ תשפ"ה



כרטיס אזהרה

מה המנגינה בבית שלכם?

מאת: ישראל מאיר אליהו, מאמן קשב לנערים ומבוגרים בעלי ADHD ומנחה הורים לילדי קשב. בכל בית, אפילו כזה שהשמחה, הברכה, והנחת שורים בו תדיר, חווה לעיתים מריבות, חיכוכים, מחלוקות קטנות. זהו חלק מהחיים. אבל אין זו השאלה המרכזית. השאלה שצריכה להעסיק אותנו היא: מהי המנגינה הכללית ששוררת בבית?

האם יש בבית אווירה של שיתוף, אהבה בין האחים, ערבות הדדית, ויתור, כבוד הדדי ותחושת שייכות? או שמא יש שם מתח סמוי, אי שקט, גערות, טרונות חוזרות, עייפות רגשית ומאבקי כוח יומיומיים? ובמיוחד – מה קורה בבית שבו יש ילד או ילדה עם הפרעת קשב וריכוז (ADHD)? האם אפשר לגדל שם מנגינה רגועה ונעימה? או שגורלם של בתים אלו הוא מנגינה מזייפת, חסרת הרמוניה?

בואו נודה על האמת בית שיש בו ADHD - לעיתים המנגינה צורמת, כן זו מציאות, אין מה לטאטא אותה מתחת לשטיח.

לא קל לגדל ילד עם קשיי ויסות, אימפולסיביות או היפראקטיביות. לעיתים הילד מתפרץ, לא שומע להוראות, מתמהמה, מתנגד, לא משתף פעולה, שוכח, מתפזר, וגורם לכך שכל הבית ירגיש "על הקצה". אבל כאן מגיעה נקודת המפתח: גם כשיש זיופים - אפשר ליצור מנגינה אחרת. לא מדובר ביצירת אשליה או בהכחשת המציאות. **מדובר ביצירת בחירה הורית מודעת - לראות גם את הנקודות הטובות, את הרגעים הקטנים של מתיקות, של ויתור, של אכפתיות, ולהגביר את הקול שלהם.**

הילד עזר לאחותו הקטנה בלי שביקשתם? הוא שתק ולא ענה למרות שראו עליו שהוא "בוער"? האחות שוויתרה על המשחק רק כדי להרגיע את הרוחות וליצור אווירה נעימה בבית? אלו הם רגעים שמרכיבים את הניגון של הבית. וכשנותנים להם את המקום הראוי - הם הופכים לצלילים בולטים בתזמורת המשפחתית. ההורים - מנצחים על התזמורת. כאשר אחד הכלים בתזמורת מזייף, המנצח לא רק נוזף בנגן. הוא מקשיב, מכוון, ומנסה להחזיר את

ההרמוניה.

כך גם אנחנו - ההורים. אנחנו לא מוותרים על החינוך, על הגבולות, על הסדר והצבת דרישות - אבל בתוך כל אלו, אנחנו שומעים גם את המנגינה הפנימית. וכאשר אנו מוצאים נקודות אור - אנחנו צריכים לעצור לרגע, להאיר עליהן, להראות לילדים שאנחנו רואים. לומר: "תראה איך עזרת עכשיו לאחייך, זה היה כל כך חשוב"

"שמת לב איך שתקת ולא ענית? זו גדולה" "המשכת להכין את התיק גם כשלא התחשק לך - זה ממש אחריות" הילדים זקוקים למשוב הזה. הוא נכנס להם ללב, נטמע בתודעה, ונותן להם כלים לבנות את עצמם מבפנים.

ומה איתנו - ההורים? כדי לחנך ברוגע - אנחנו ההורים צריכים לשמור על השפיות שלנו. כשישרעש בבית, כשהלב עייף, כשהסבלנות נשחקת- הנפש שלנו עצמה זקוקה לניגון. לא ניגון של שלמות, אלא ניגון של בחירה בטוב. לשים לב, גם בסוף יום מתיש, לרגע שבו הילד הקשיב, לרגע שבו הבת ניגשה לעזור, לנקודה שבה בחרנו שלא להרים את הקול. אלה רגעים קטנים - אבל כששמים לב אליהם, הם הופכים לדלק פנימי שממלא אותנו. לבנות בית שיש בו מנגינה

בית שיש בו ADHD הוא לא בית פגום. הוא בית שמוזמן לדיוק עדין יותר. כשלא מקשיבים - צריך להגביר. כשיש רעש - צריך לכוון מחדש. וכשיש זיופים - לא תמיד צריך לתקן, לפעמים צריך פשוט לשים לב מה עוד מתנגן מסביב. וכששמים לב - רואים שגם בבית שמלא בתנועה, קולות, מתח ואתגרים - יש רגעים של חסד. וכשמאירים עליהם - הבית כולו מתמלא בניגון נעים יותר.

לכל שאלה או צורך אשמח להיות אוזן קשבת.
ישראל מאיר אליהו -
מאמן קשב ומנחה הורים לילדי ADHD
כאן עברכם לכל שאלה.

052.764.0041

ISRAELTAVORI@GMAIL.COM



"להודות ולהלל לשמך הגדול"

המופע הענק של הקיץ!

S H W E K E Y
יעקב שוואקי
מופע להקה

יום חמישי • י"ג באב • 7.8.25
פתחת
שערים
19:30
אמפי מגדל העמק

מיוחד אורח < **משה כורסיה**

בברכה
יוסי רואש
י"ר מועצה דתית ותרבות תורנית

במעמד
הרב יצחק דוד גרוסמן שליט"א - רב העיר
יקי בן חיים ראש העיר | נחום אסולין סגן ראש העיר

מחיר לתושבי מגדל העמק 25 ₪ (בהקשת קוד קופון) | תושבי חוץ וביום ההופעה 45 ₪
המופע לגברים ולנשים (ישיבה בהפרדה) | מספר מקומות מוגבל!

FDD
PRODUCTIONS
דוד מדידה הפקות

לרכישת
כרטיסים < באתר טיקצ'אק | משפחת שבדטוב, רח' הרב עובדיה יוסף 20
ובמשרדי המועצה דתית בין השעות 10:00-12:00



295X260
X205
ס"מ

חדש בעפולה עילית! השכר מתנחים אולדים

הקיץ הגיע ואתם רוצים לתת
לילדים חוויה שלא ישכחו?
טרמפולינה שמתאימה לכל בית
והצר.
ובמחירים שוברי שוק!
לפרטים והזמנות:
0552589237

שנתיים: 150 ₪
5 שעות: 250 ₪
יום שלם: 400 ₪

דירה למכירה בעפולה עלית רחוב יעקב דורי 5 3 חדרים, ממוזגת, כ - 70 מ"ר מטבח משופץ, נוף לאויר הפתוח. במחיר מציאה!!! 053-4758978



מי יסתפק בסינון, כשיש מערכת הגנה.



**אתה שלא מתפשר
על אוכל בכשרות רדודה
גם בסלולר - בטוח לא תתפשר
על סינון רדוד!**

דרוש מהמוכר מכשיר עם מערכת הגנה צרובה!
זה הסטנדרט שלך.

אפליקציות סינון - קורסות. מערכת הגנה - עמידה לעולם!
אפליקציות סינון - מוגבלות. מערכת הגנה - מוגנת מהשושלת!
אפליקציות סינון - מסכנות. מערכת הגנה - לרוגע מושלם!

המקצוענים
ממליצים:
מהניסיון -
רק הדרן!



ElectroMix
אלקטרומיקס

אבי פיינלזון הסוכן האישי שלך | 053-717-3783
מיועד עבור מי שצורך את המכשיר לצורך עבודתו ובאישור רב.



רק בריאות

איך להתכונן נכון לצום ט' באב/

מאת גליה דבורין נטורופתית / תזונאית טבעית

ממה להמנע בסעודה מפסקת:

להמנע ממזונות עתירי מלח כמו: חמוצים, מאכלים מטוגנים, גבינות מלוחות, אבקות מרק שמכילות מונוסודיום גלוטומט. אלו גורמים לתחושת צמא. בנוסף להמנע משתייה מתוקה, ושתייה שמכילה קפאין כמו תה, קפה, קקאו, קוקה קולה. וכן אלכוהול. מתוקים ושתייה מתוקה, עוגות וכו', יתרמו בהמשך לעייפות (מערכת העיכול תעבוד קשה לעכל אותם), ורמת הרעב תגבר. גם אכילת יתר תכביד על מערכת העיכול ותגרום לעייפות ואי נוחות ביטנית.

מה אוכלים אחרי הצום:

מתחילים בשתייה של נוזלים להחזיר לגוף את הנוזלים שאבדו במהלך הצום. אפשר להתחיל עם מיים חמים עם נענע וכפית דבש + תמר אחרי כן אפשר לאכול ארוחת ערב כרגיל: לחם (אפשר כוסמין מלא), חביתה, ירק חי, פשטידת ירקות, או טופו צמחוני. אפשר לאכול מרק עם ירקות ואטריות כוסמין ארוחה כבדה מידי בתום הצום תכביד על מערכת העיכול. ומכך עדיף להמנע. בברכת צום מועיל ובריא

קיץ בריא וקליל
גליה דבורין -

תזונה טבעית ונטורופתיה לכל המשפחה.
054-5509298

מה מומלץ לאכול לפני הצום של ט' באב:

מומלץ להקפיד על שתיית מים לאורך כל היום לפני תחילת הצום. גם מרקים של ירקות מועילים מאחר והם מכילים מינרלים חשובים לגוף בנוסף למים. במהלך היום מומלץ לאכול גם ירקות, הסיבים התזונתיים יעזרו לספיגת הארוחה. אני ממליצה לאכול פחמימות מורכבות – אורז מלא, כוסמת, בורגול, קינואה, לחם מקמח מלא, פסטה מלאה. כמו כן: תפוחי אדמה, בטטה, גזר ודלעת. אשר נחשבים לפחמימה מורכבת. פחמימות מורכבות אלו מכילות סיבים תזונתיים המתעכלים באיטיות, מאזנים את רמות הסוכר בדם ומספקים אנרגיה לאורך שעות רבות. אני ממליצה לשלב שומן בריא כמו שמן זית, טחינה, שומן בריא עוזר להאט את קצב התרוקנות מערכת העיכול, מה שתורם לתחושת שובע.

תפריט מומלץ לסעודה מפסקת

פחמימה מורכבת
לחם מחיטה מלאה, אורז מלא, קינואה או בטטה אפוייה – יספקו אנרגיה לאורך זמן.
חלבון קל לעיכול
ביצה קשה, קציצות דגים אפויים, או תחליפי בשר מהצומח כמו טופו או עדשים.
ירקות טריים ומבושלים
סלט ירקות עם שמן זית ולימון, לצד ירקות מאודים כמו גזר, קישוא וברוקולי.
שומן בריא
טחינה גולמית, אבוקדו או שמן זית תורמים לתחושת שובע ממושכת.

הערה חשובה: המידע במאמר זה אינו מהווה תחליף להתייעצות אישית עם רופא מוסמך, אין להסתמך על המידע כמקור מידע יחיד. מאמר זה נכתב מנסינו האישי בקליניקה ומיועד לידיעה בלבד. אין הכתוב אמור או מתיימר להחליף טיפול רפואי ואינו מהווה המלצה להפסקה של טיפול רפואי או ללקיחה של תוספים ללא התייעצות עם רופא המשפחה.

מכל טוב:

האתר החדש על האוויר!

כנסו. התנסו. תתיצאו

כתבו 'מידע בעמק' או פשוט לחצו על המודעה:

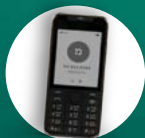
אפשר גם בכתובת www.meidabaemek.co.il



האתר בשלב הרצה ואינו סופי

בקרוב:

קו טלפון לחיפוש חכם



בוט במייל



ספר טלפונים



מידע בעמק
פרסום מידע ותוכן לציבור החרדי תושבי העמק והסביבה

הצטרפו כעת: 04-3130164
OFFICE@MB043130164.CO.IL

ימי פעילות לגברים ונשים בהפרדה בפארק המים נוף הגליל ובקאנטרי

פארק מים

גברים
בין השעות

14:00-19:00 **3/7**
08:00-13:00 **9/7**
17:00-20:00 **4/8**
14:00-19:00 **14/8**
08:00-13:00 **21/8**

נשים
בין השעות

08:00-13:00 **3/7**
14:00-19:00 **9/7**
08:00-13:00 **14/8**
14:00-19:00 **21/8**
17:00-20:00 **24/8**

מחיר מיוחד
לתושבי העיר
30 ש"ח בלבד!

*בהצגת תעודת זהות וסמך

משפחות אנשי המילואים שלא מימשו
זכאותם, ניתן לממש בימים אלו בכפוף
להצגת תעודת משרת מילואים פעיל

קאנטרי

חמישי **7.8**
גברים
בין השעות
21:00-23:00

ראשון **10.8**
נשים
בין השעות
15:00-22:00

*לא כולל חדר כושר

לפרטים נוספים: 04-6000776



אתכון בקטנה



אופן ההכנה:

בקערת המיקסר מערבבים את הקמח עם השמרים והסוכר. מוסיפים מים חמימים ומערבבים. מוסיפים את השמן ולשים את הבצק במשך 3-4 דקות (אם הבצק דביק- להוסיף עוד קמח. אם הבצק יבש- להוסיף עוד קצת מים). מפזרים מעל הבצק מלח באופן אחיד וממשיכים ללוש במשך 4-5 דקות נוספות, עד לקבלת בצק אחיד וחלק. מכסים את הקערה במגבת ומניחים בצד להתפחה של שעה. בינתיים מכינים את המלית: מחממים במחבת רחבה 2 כפות שמן זית, מוסיפים את פרוסות הבצל ומתבלים במלח ופלפל שחור. מטגנים על אש בינונית עד להזהבה יפה. לאחר שהבצק תפח - מחלקים אותו לשני חלקים שווים. כל חלק מחלקים ל-5 כדורים שווים (סה"כ 10 כדורים). משמנים את הכדורים בשמן זית, יוצרים "בור" במרכז כל עיגול וממלאים אותו בכף ממלית הבצל המטוגן. מפזרים פרג מסביב (לא חובה). מחממים תנור ל-200 מעלות (יש לחמם את התנור 10 דקות לפחות) וכשהתנור חם מאוד מכניסים את הלחמניות ואופים במשך 18-20 דקות עד להזהבה. בהצלחה!

לחמניות בצל/ באדיבות אפרת סיאצ'י - מתכונים בעשר דקות

מצרכים:

500 גרם קמח לחם (או קמח לבן)
כף גדושה (12 ג') שמרים יבשים
2 כפות סוכר
כוס ורבע (300 מ"ל) מים חמימים
4 כפות (40 מ"ל) שמן
כפית מלח

מלית בצל:

2 כפות שמן זית
2 בצלים בינוניים, פרוסים לחצאי עיגולים דקים- דקים
שליש כפית מלח
קמצוץ פלפל שחור
לפיזור: פרג (לא חובה)



מגדל העמק
צומחים. מתחדשים.



בריתה הערונית מגדל העמק

פאמיק ארצות המצבה

ק"י יל"פ"ה
2025

תאריך	נשים/ גברים	יום	שעה
יוני/ סיוון	נשים	שני	08:00-17:00
יוני/ סיוון	גברים	רביעי	11:00-17:00
יולי/ אוגוסט תמוז/ אב	נשים	שני	08:00-17:00
יולי/ אוגוסט תמוז/ אב	נשים	רביעי	17:15-20:15
יולי/ תמוז	גברים	ראשון	20:00-22:30
יולי/ אוגוסט תמוז/ אב	גברים	רביעי	11:00-17:00
8/22 כ"ח אב 9/5 י"ב אלול	נשים	שישי	10:00-13:00
8/22 כ"ח אב 9/5 י"ב אלול	גברים	שישי	13:15-17:00

בנוסף הבריתה תהיה פתוחה לגברים בימי חמישי בבין הזמנים בתאריכים:
י"ד אב 778, כ"א אב 14/8, כ"ח אב 22/8, בשעות: 20:00-22:45 *ימים אלו לא נכללים במחיר

עדכון
למודעה

מחירון: יחיד: 200 ₪ | זוגי: 350 ₪ | 3 נפשות: 500 ₪ | 4 נפשות: 600 ₪ | 5 נפשות: 800 ₪ | כל נוסף: 100 ₪

בברכה,

בברכה, יוסי ראש, יו"ר המועצה הדתית
והמחלקה לתרבות תורנית

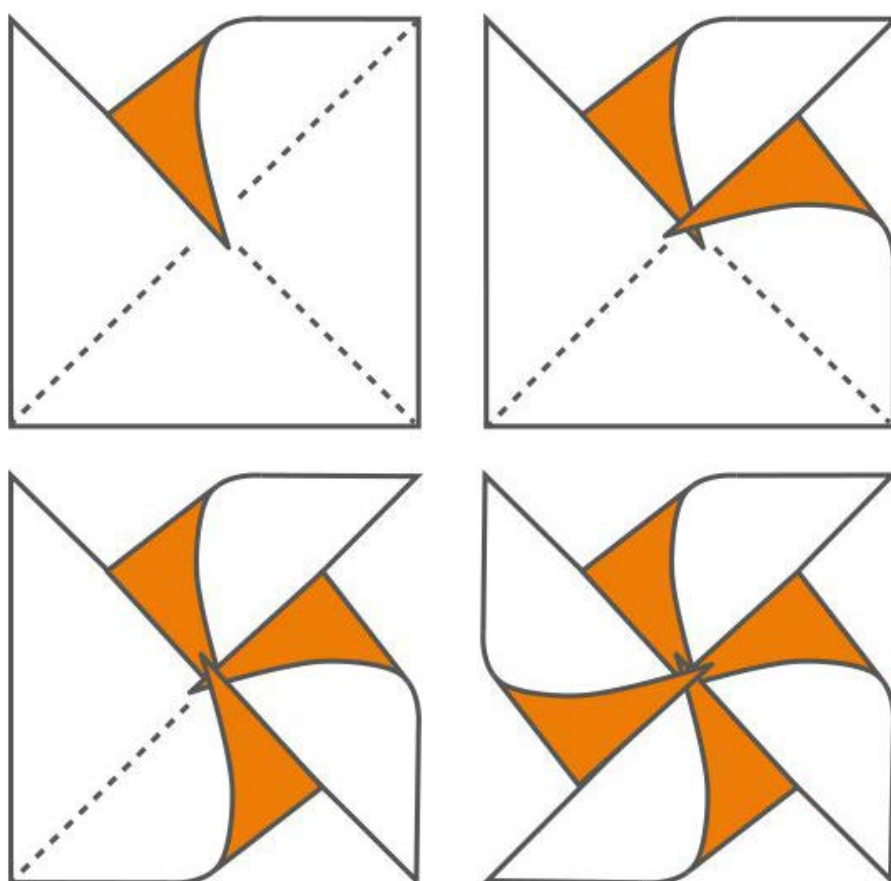
יצירה בהנאה



יצירת שבשבת

הכינו שבשבת צבעונית בקלות! תצטרכו רק ריבוע נייר, מספריים, נעץ וקש. קפלו את הנייר ליצירת קמטים אלכסוניים בצורת צלב, גזרו לאורך הקמטים עד חצי הדרך למרכז, וקפלו כל פינה שנייה למרכז. חברו הכל יחד באמצעות נעץ וקש, והשבשבת שלכם מוכנה להסתובב ברוח! בהצלחה!

הדרכה מצולמת:



תושבים יקרים!



ספר הטלפונים מהדורה 6 יוצא ארק!!

אזכרון עסקים אחרים כאן!

אזכרון תושבים אחרים כאן!

אזכרון א"ח"ק אחרים כאן!

יודעים על משפחה שעברה דירה ואינה גרה באזור? -
נודה לכם אם תעדכנו גם על זה.

מ'רע בעמק
פרסום מידע ותוכן לציבור החרדי תושבי העמק והסביבה

אזכרון ופרסום צרו איתנו קשר:
050.357.2111 | 04-3130164
meidabaemek@gmail.com



יצירה בהנאה

מה במקום ה-X?

עליכם לגלות איזה מספר יחליף את ה-X.
בהצלחה!

3	4	6	5
2	15	105	4
7	480	X	8
8	9	6	7



אהבתם?
חיים כפץ שולח מידי שבוע אתגרים חדשים ללא עלות! תשלחו מייל ל
a0533180118@gmail.com ותצורפו. כל הזכויות שמורות.



מגדל העמק
צומחים. מתחדשים.



תרבות תורנית והמועצה הדתית
מזמינה אותכן נשים יקרות

efrat HAZAN

קומסי קומסה 2

נחמי בצון
מגישה:

מופע פרפורציה מצחיק עד דמעות
משולב בקטעים מודיקאליים חדשים



יעל כליפא & נויה מנדל

בהרכה >

יוסי ראש

יור מועצה דתית ותרבות תורנית

כתיבה ובימוי: נחמי בצון, נויה מנדל | מוסיקה: יעל כליפא | סאונד: שולמית כרסנטי | מסכים: שושי אלטמן | הפקה: קשת הפקות | שירת המונים: אסתי כהן | הגברה ותאורה: רפאל ביסמוט

100 חכשות ראשונות

35 ש"ח

השאר

40 ש"ח

20:00

מתנס מגדל העמק
רמת יזרעאל 5

יום חמישי
כ"ז באב

21.8.25

רכישת כרטיסים באתר טיקצאק





מגדל העמק
צומחים. מתחדשים.



אילה הפקות בהפקה חדשה:

אילה ג'קו

תרבות תורנית
והמועצה הדתית
מזמינה אותך
נשים יקרות

efrat HAZAN

קיץ הנשים

2025

עם האמנית **אילה ג'קו**

ד.מ.
ועוד

תחרות
עם פרסים
שוויים

הרקדה
מקפוצה

התעמלות
ספורטיבית

יום כף האיוורר השבילך

כניסה חופשית למנויות
השאר רכישה במקום 20 ש"ח

ברכה עירונית
מגדל העמק

בשעות
הבריכה

שני
כ"ד אב | 18.8

בברכה יוסי ראש
יור מועצה דתית ותרבות תורנית



שבת - עפולה עלית

מעריב	מנחה	שחרית
ערבית ליל שבת 18 דק' אחה"ש חניכי הישיבות 30 דק' אחה"ש בית ישעיה נצח ישראל בצאת השבת יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה קהילת תורה ותפילה עפולה הירוקה ערבית צאת שבת 10 דק' לפני צאת השבת היכל השבעה 5 דק' לפני צאת השבת בית ישעיה ואח"כ כל 9 דקות עוד מנין, כך עוד 3 מנינים בצאת השבת נצח ישראל חניכי הישיבות 20 ד' אחרי צאת השבת נצח ישראל	מנחה ערב שבת בזמן הדלקת נרות היכל השבעה 10 דק' אחרי הדלקת נרות נצח ישראל בית ישעיה קהילת תורה ותפי- לה עפולה הירוקה 20 ד' לפנה"ש חניכי הישיבות מנחה בשבת 13:15 נצח ישראל 13:30 יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה בית ישעיה 16:30 נצח ישראל שעה וחמישים לפני צאת השבת היכל השבעה שעה וחצי לפני צאת השבת יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה שעה ורבע לפני השקיעה חניכי הישיבות שעה לפנה"ש קהילת תורה ותפי- לה עפולה הירוקה 50 דק' לפנה"ש בית ישעיה 40 ד' לפנה"ש נצח ישראל 30 דק' לפנה"ש בית ישעיה	08:00 היכל השבעה נצח ישראל יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה חניכי הישיבות 08:30 יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה קהילת תורה ותפי- לה עפולה הירוקה בית ישעיה 09:30 בית ישעיה

ימות החול - עפולה עלית

מעריב	מנחה	שחרית
20 דק' אחה"ש היכל השבעה 25 דק' אחה"ש יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה 20:15 נצח ישראל 20:40 הישיבה הגדולה נחלת אברהם 21:45 קהילת תורה ותפילה עפולה הירוקה 22:35 נצח ישראל	בזמן מנחה גדולה הישיבה הגדולה נחלת אברהם 13:15 היכל השבעה 15:50 נצח ישראל 19:00 נצח ישראל קהילת תורה ותפילה עפולה הירוקה 20 דק' לפנה"ש יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה היכל השבעה	05:25 יחד שבטי ישראל עפולה הירוקה 06:30 נצח ישראל 06:40 קהילת תורה ותפילה עפולה הירוקה 06:50 היכל השבעה 07:30 הישיבה הג- דולה נחלת אברהם 08:15 נצח ישראל היכל השבעה 08:30 קהילת תורה ותפילה עפולה הירוקה

מאזרח כאני תפילות
עכנויים אפאן קי" -
ניתן אלה בכל עבוס
עכנויים
תורה!!



שבת - גבעת המורה

מעריב	מנחה	שחרית
מעריב צאת השבת	מנחה ערב שבת	08:15
10 דק' לפני צאת השבת	13:20	חניכי הישיבות נוף יזרעאל
אוהל שלמה	15 דק' לפני פלג המנחה	08:30
50 דק' אחרי צאת השבת	בית אליהו דוד ראדזינוב	בית אליהו דוד ראדזינוב
בית אליהו דוד ראדזינוב	15 דק' לפני ש	09:30
55 דק' אחה"ש	בית אליהו דוד ראדזינוב	אוהל שלמה
חניכי הישיבות נוף יזרעאל	בזמן הדלקת נרות	
75 דק' אחרי צאת השבת	אוהל שלמה	
בית אליהו דוד ראדזינוב	20 דק' אחרי זמן הדלקת נרות	
	אוהל שלמה	
	מנחה בשבת	
	שעה לפני ש	
	אהבת ישראל	
	40 דק' לפני ש	
	בית אליהו דוד ראדזינוב	
	30 ד' לפני ש	
	אוהל שלמה	
	55 דק' לפני ש	
	חניכי הישיבות נוף יזרעאל	

ימות החול - גבעת המורה

מעריב	מנחה	שחרית
20 ד' אחה"ש	בזמן מנחה גדולה	ותיקין
אוהל משה	אוהל משה	אוהל משה
30 ד' אחה"ש	13:20	06:30
אוהל משה	אוהל משה	חניכי הישיבות נוף יזרעאל
20:00	13:30	אוהל משה
אוהל משה	אוהל משה	7:00
20:30	13:45	אוהל משה
אוהל משה	אוהל משה	07:30
20:45	16:00	הישיבה לצעירים
חניכי הישיבות נוף יזרעאל	אוהל משה	עפולה שע"י מוס
הישיבה לצעירים	17:00	דוד דרך אמת
עפולה שע"י מוס	אוהל משה	אוהל משה
דוד דרך אמת	15:15	08:00
09:00	הישיבה לצעירים	אוהל משה
אוהל משה	עפולה שע"י מוס	08:15
09:30	דוד דרך אמת	אוהל משה
אוהל משה	18:45	08:30
22:00	נועם ד'	אוהל משה
אוהל משה	18:55	08:45
22:30	אוהל שלמה	אוהל משה
אוהל משה	חניכי הישיבות נוף יזרעאל	09:00
22:35	30 ד' לפני ש	אוהל משה
חניכי הישיבות נוף יזרעאל	אוהל משה	09:15
23:00	20 ד' לפני ש	אוהל משה
אוהל משה	אוהל משה	09:30
23:30	15 ד' לפני ש	אוהל משה
אוהל משה	אוהל משה	
00:00		
אוהל משה		



זמני התפילות - תשעה באב

ערבית ליל תשעה באב (מוצ"ש) - 8:22.

שחרית תשעה באב - 8:00 (הודו).

לאחר מכן קינות.

מנחה תשעה באב - 7:05 (קורבנות).

ערבית מוצאי תשעה באב - מיד לאחר מנחה.

שמחו את ירושלים וגילו בה כל אוהביה שישו איתה
משוש כל המתאבלים עליה

ובנחמת ירושלים ננחם!

הגבאים



רחוב יצחק שדה 4



שבת - עפולה/רובע יזרעאל

מעריב	מנחה	שחרית
ערבית בצאת השבת 10 דק' לפני צאת השבת אהבת ישראל צאת הכוכבים נועם שיח 25 דק' אחרי השקיעה בית גבי ורבקי 19:45 בית חנניה	מנחה ערב שבת 18:30 בית חנניה בזמן הדלקת נרות נועם שיח אהבת ישראל מנחה בשבת 18:30 בית חנניה שעה וחצי לפנה"ש נועם שיח 10 דק' לפני השקיעה בית גבי ורבקי	07:30 בית חנניה אהבת ישראל 08:00 נועם שיח 10:00 בית גבי ורבקי

ימות החול - עפולה/רובע יזרעאל

מעריב	מנחה	שחרית
צאת הכוכבים בית חולים העמק בית חנניה 20 דק' אחרי השקיעה אהבת ישראל 25 דק' אחרי השקיעה בית גבי ורבקי	20 דק' לפני השקיעה בית חולים העמק בית חנניה אהבת ישראל 10 דק' לפני השקיעה בית גבי ורבקי	06:00 אהבת ישראל 06:15 בית גבי ורבקי 06:30 בית חנניה 07:00 בית חולים העמק אהבת ישראל 08:00 בית גבי ורבקי

הי' האתר שלנו עזר לאויה,
אפשר להיות מנו
ס מכאן:

עבודות הגהה לכל סוגי הכתבים
המוקלדים במומחיות ובמהירות
פלאפון: 050-4157637

מתארגנת קבוצה לרענון נהיגה
בעפולה לגברים, לפרטים
053-3198527

למכירה ילקוט חדש+ עגלה ורודה חדשה
מהניילון של חברת קל גב
בש280 .
מבני ברק
0504962555





לוח העמק

לפרטים: 050-6572110

למכירה ספרים חדשים
של כיתות ד' ו' ח' של זהרי

תורה בחצי מחיר

לפרטים: 055-6896028

השבת אבידה: משפחה

חסידיית ככל הנראה מאזור

הצפון, נסעו בטרמפ עם

אישה מחניון שערי צדק

לתחנה מרכזית בירושלים

בשבוע של המלחמה, ושכחו

שקית ברכב.

פלאפון: 054-8471885

אברך פנוי לנהוג בבין

הזמנים לכל רחבי הארץ

052-7102875

נפתחת בעפולה קבוצת ליווי

ותמיכה לנשים המתמודדות

עם אתגרי פריון. לפרטים:

058-3283419

דרושים

למכירה עסק מצליח עם

מוניטין בתחום ההלבשה

בגבעת המורה לרציניים

בלבד 054-8455249

קשה לך ללמוד לבד? צריך

חברותא? התקשר: 072-

052-7611122 / 2345613

054-851526 מייל:

t0722345613@gmail.

קו יד שתיים - יד שנייה ,

רכבים , לוח מודעות ועוד

0747-955-034

למכירה עסק מצליח

בעפולה עילית, מייל:

g42124761@gmail.

com

גמ"ח

גמ"ח לתרופות פריון

בעפולה נשמח לקבל

תרומות של תרופות מיותרות

אם יש לך וכמובן להשאיל

תרופות בשעת חרום.

בשורות טובות

050-4188300

שונות

עבודות הגהה לכל סוגי

הכתבים המוקלדים

במומחיות ובמהירות.

0504157637

ניתוק אינטרנט ורדיו מכל

סוגי המכשירים ללא עלות-

0527192074

למכירת מזוזות (אשכנזי)

מגמ"ח ישמחו במלכותך

במחיר הקרן

054-8478805

למכירה תכולת חנות נעליים

שנסגרה במחיר מצחיק!!!

שימו לב:

מודעות לוח העמק

פרסום חינם!!

שלחו נוסח ברור ותמונה אחת וברורה למייל.



דירות

התפנתה עמדת מחשב

להשכרה בגבעת המורה

לפרטים 0503572111

דירה למכירה בעפולה עלית

רחוב יעקב דורי 5

3 חדרים, ממוזגת, כ - 70

מ"ר, מטבח משופץ, נוף

לאוויר הפתוח, במחיר

מציאה!!! | 053-4758978

חדר יד 2 במצב טוב

קומפלט למכירה החדר

כולל: מיטה + ארון + מזרונים

+ מדפים.

פלאפון: 050-2338165

דרושה דירה לקניה 4 חדרים

בע. עלית 052-7102875

יד 2

למכירה מיצובישי גרנדיס

2010, 7 מקומות מרווחת,

במצב מעולה! חסכונית

מאוד הנעה בגז

058-7682302



מדריך לטלפון-קול הלשון

03-6171111 | *6761

פעולות בעת האזנה לשיעור

הקישו 2 ולאחר מכן בחרו את הפעולה:
 לשיעור הקודם.....1 | לשיעור אחר בשלוחה.....2
 לשיעור הבא.....3 | לכל שיעורי הרב.....4
 לקבלה במייל.....6 | למעבר לדקה מסוימת....7
 לפרטי השיעור ומספר זיהוי.....8 | לשמירת סימניה או מנוי.....0
 לשמיעת השיעורים ברצף.....* | לחזרה לשיעור.....#

אפשרויות דילוג בהאזנה לשיעור

עשר שניות אחורה.....1 - עשר שניות קדימה.....3
 חמש דקות אחורה.....4 - חמש דקות קדימה.....6
 חצי דקה אחורה.....* - חצי דקה קדימה.....#
 להשהיית השיעור.....5 ⇨ להמשיך האזנה.....5
 להאטה.....7 ⇨ לחזרה למהירות רגילה.....9
 למהירות מוגברת.....9 ⇨ לחזרה למהירות רגילה.....7
 לשמיעת הוראות הפעלה.....8

בנק התורה

מאגר אישי בו ניתן לשדר חי / ועידה, ולשמור שיעורים,
 שירים ואירועים, בשיתוף מאזינים,
 הקש ** (פעמים כוכבית) או בחיגוי ישיר: **073-2951222**

מנוי צינתוקים

ע"י הקשה על # בכניסה לתיקיה (שלוחה) שמכילה
 שיעורים, (או בהקשה על 20 תוך כדי שמיעת שיעור)
 ניתן לבחור: **1.** מנוי לתיקיה זו
2. לכל שיעורי הרב (מכל התיקיות)
 אפשר לחזור למדור דרך # בתפריט הראשי
 ואז סימניה למדור (2) או בקו המנויים **073-2951555**
 בכל שיעור חדש תקבלו צינתוק מהמספר הנ"ל.
בהתקשרות למספר אחרי צינתוק, ניתן:
1. האזנה לשיעור החדש
2. האזנה לשיעורים, ניהול וביטול המנוי לפי המדור (*)
3. לאיפוס רשימת רעיונות רבים וחדרונים
 (*) **להאזנה לשיעורים וניהול המנוי לפי המדור, ניתן:**
1. לעדכן את התיקיות שבמדור
2. ניהול המנוי ושיווי ההייד, להוציא
 - השהיית זמנו של המנוי.....1
 - שינוי שעת התחלה לקבלת צינתוקים.....2
 - שינוי שעת סיום לקבלת צינתוקים.....3
 (ברירת המחדל של הצינתוקים הן בשעות 08:00 - 22:00)
3. ביטול ומחיקת המנוי

חיפוש קולי

בהקשה על *# (סולמית וכוכבית) או בחיגוי ל-**03-6171115**,
 ניתן לחפש שם רב / נושא, וגם רב ונושא ביחד,
 לדוגמא: "הרב אלימלך בידרמן פרשת בהעלותך",
 באם יזוהו תוצאות מכמה תיקיות, המערכת תציג לכם רק
 את התיקיות הרלוונטיות, ותצטרכו לבחור מתוך הרשימה.

חיפוש ע"י הקשת אותיות של שם הרב

אחרי בחירת שפה, ניתן להקיש * (כוכבית) לחיפוש לפי
 אותיות שם הרב ע"י הקשת הגימטריה של תחילת שם
 משפחה, (לדוגמא הקש 1 עבור א, 20 עבור כ, 300 עבור ש).

גישה ישירה לשמיעת שיעורי רב

ניתן להגיע לכל רב ע"י מספר גישה ייחודי. בהקשה על ***7**
 ואז מספר הגישה. (שניתן לשמוע בהקשה על **28** בהאזנה לשיעור)

גישה מהירה לשיעור / שלוחה ע"י מספר זיהוי

בתפריט הראשי ניתן להקיש *# (כוכבית וסולמית)
 ואז את מספר השיעור או השלוחה ולסיום #
 (ניתן לשמוע את מספר הזיהוי ע"י הקשה על **28** בהאזנה לשיעור)

סימניות וחזרה לשיעור האחרון

ניתן לחזור למיקום של השיעור האחרון שהאזנתם
 ע"י הקשה על # (סימניה לשיעור) בתפריט הראשי, וכן ניתן
 לשמור סימניה למיקום באמצע שיעור בהקשה על **20**.

שידורים חיים

לשמיעת שידורים חיים הקש * (כוכבית)
 במהלך שמיעת שידור חי ניתן להקיש:
1. שמיעת מספר זיהוי של השיעור (בסיום השידור ניתן לשמוע
 בכל עת בתפריט הראשי בלחיצה על *# (כוכבית וסולמית) ומספר זיהוי)
3. שמיעת הכותרת
6. קבלה במייל בסיום השיעור
0. יציאה

הוראות לקבלת שיעורים במייל

לקבלה במייל, שלחו מייל לכתובת: mp3@kolhl.com
 וכתבו בשורת הנושא את המילה רישום (להשאיר רווח)
 ואח"כ את מספר הטלפון שלכם ללא מקף לדוגמא:
 רישום 0520000000
 ניתן לרשום כמה טלפונים על אותה כתובת מייל
 (שלחו מייל נפרד לכל מספר טלפון מאותה כתובת מייל).
 הקישו **26** בהאזנה לשיעור (ובשידורים חיים 6) לקבלה במייל.

לפניות: **073-2828268** | דוא"ל: support@kolhl.com | אתר: www.kolhalashon.com



אכל האוויר

שבת

+32°
+21°

שישי

+32°
+22°

חמישי

+32°
+22°

רביעי

+33°
+22°

שלישי

+35°
+22°

שני

+38°
+23°

ראשון

+37°
+24°



מגדל העמק
צומחים. מתחדשים.



המועצה הדתית מציגה:

פרוייקט

שבת

לצאן קדושים

י"ד מלך העמק



שאלון שבת לילדים

עניתם נכונה? מוזמנים לבדוק בקו הטלפון:

077-8011503

<יש להביא את דף התשובות מלא למופע הסיום ולהניחו בתוך התיבה המיועדת

מופע סיום - ל"ט אבות מלאכה

ביום ראשון כ"ג אב בשעה 11:00



שחר
&
שני



בין העונות תתקיים הגרלה על פרסים יקרי ערך

ההשתתפות באירוע אינה מותנית במילוי השאלון | הפרוייקט מיועד לתלמידי כיתות ד' - ח'

המופע יתקיים במתנ"ס מגדל העמק

הכניסה חופשית



YONATAN YEHIEL

יוסי ראש
יו"ר מועצה דתית
ותרבות תורנית

בברכה
יקי בן חיים
ראש העיר

נחום אסולין
סגן ראש העיר

פרסום

העסק שלך נמצא
בכל מקום וכאן
נחפשים אותו



"מידע בעמק", גוף הפרסום המוביל בעפולה ונוף הגליל, גאה להשיק את 'מידע בעמק פלוס': פלטפורמות חיפוש חדשניות שהופכות את העסק שלך לנגיש יותר מאי פעם לקהילה החרדית המקומית.

בכל אחד מכלי החיפוש יוכלו התושבים למצוא את כל הפרטים על העסק שלך וגם מידע קהילתי שימושי: זמני תפילות, גמחים, דירות, אירועי תרבות ועוד

קו טלפון חכם

בוט ומייל אוטומטי

אתר 'מידע בעמק'



הצטרף עכשיו לפרסום VIP חכם, וגם הלקוחות שלך ימצאו אותך בקלות, במהירות ובזמן אמת.

חידושים בעמק
פרסום מידע ותוכן לציבור החרדי תושבי העמק והסביבה

לרכישה מהירה לחץ על הקישור
לפרטים נוספים: 04-313-0164
MEIDABAEMEK@GMAIL.COM

