

# ידיעון חודש ספטמבר 2025

"תכלה שנה וקללותיה, תחל שנה וברכותיה"

בפרוס עלינו השנה החדשה אנו מאחלים לכם  
שנה טובה ומתוקה, שנת שלום, אחדות ושלווה,

שנת שגשוג ופריחה

שתהיה שנה נפלאה

מיכל פרידסון פרץ, מנהלת "מועדון הזהב"  
וכל צוות המועדון



חופשות חגי תשרי

ראש השנה 22-24.9.25 (כולל)

יום כיפור – סוכות 1-14.10.25 (כולל)

חוזרים לפעילות בתאריך 15.10.25



פתיחת שנה והרמת כוסית לשנה החדשה  
ב"מועדון הזהב"



מועדון הזהב רעננה

וְכֹה הָיָא רַק הַהִתְחַלָּה לַה לַה לַה...  
שירי שמחה ואווירה  
בפתחה של השנה החדשה  
עם הזמרת אילנה כץ

פתיחת שנה והרמת כוסית חגיגית  
יום שני 15.9.25 בשעה 10:00

ברחבת מועדון הזהב  
במעמד דונית וינטראוב  
סגנית ראש העיר וממונה  
על תרבות, נוער ופנאי

ציבור הגמלאים מוזמן!



# פּוֹתַחִים שְׁנָה בְּסִימָן הַתַּחֲדָשׁוֹת

ערב מוסיקלי של שירי  
אופטימיות, צמיחה ותפילה לטוב ממיטב הזמר העברי

יום ראשון 7/9/25 בשעה 17:00  
בית יד לבנים  
כרטיסים בעלות 35 ₪ בקולטיקט \*8864



רעננה  
Raanana

מועדון הזהב  
רעננה

” האויר, העפר, המטר והאש,  
גם אתה, גם אתה תתחדש ”  
(נ. שמר)



הצטרפו אלינו לערב מוסיקלי  
של שירי אופטימיות, צמיחה ותפילה לטוב  
ממיטב הזמר העברי

**פּוֹתַחִים שְׁנָה**  
בסימן התחדשות במועדון הזהב

יום ראשון | 7.9.25 | 17:00  
בית יד לבנים

במעמד  
חיים ברוידא, ראש העיר  
רונית וינטראוב, סגנית ראש העיר  
וממונה על תרבות, נוער ופנאי

הנחייה: יורם רותם, איש גל"צ הוטיק והמרתק,  
שיספר על השירים ברוב חן.

שירה: מיקה עינב ועודד סנדטש  
פסנתר: גלעד שפירא  
כלי נשיפה ואקורדיון: סלעית להב

כרטיסים בעלות 35 ₪ בקולטיקט \*8864 | פרטים נוספים במועדון הזהב 09-7610604/8

# סיוך אימוצי ביטחוני

בין מלחמת יום הכיפורים למלחמת "חרבות ברזל"

15/09/25 - יום שני

בהדרכת יריה פלד

בוגר התכנית ללימודי ביטחון ואסטרטגיה באוניברסיטת תל אביב, מרצה לצבא וביטחון ומדריך קבוצות לאזורי עימות.

ומיקי מדליני

מדריך טיולים בעל תואר שני ביחסים בין לאומיים

ובנו של מרום מדזיני לשעבר דובר לשכת ראש הממשלה של לוי אשכול, גולדה מאיר (בזמן מלחמת יוה"כ)

הסיוך יאפשר לנו להבין את ההקשרים ההיסטוריים והאקטואליים של האזור, ולהכיר כמה מסיפורי האנשים וההתמודדות של חיילינו ותושבי הארץ.

07:00 התארגנות ויציאה.

\*הפסקת בוקר – ע"ח המטייל

\*\* **ביקור באו"ם 111** – המוצב אשר עמד תחת התקפה סורית קשה תוך גילויי גבורה של לוחמים במחלמת יום הכיפורים. מהמוצב נשקיף אל עבר דרום סוריה ונשמע על מדיניות צה"ל באזור מאז נפילת משטר אסד.

**אנדרטת הנאמ"ש התאנה והארץ** – אתר הנצחה לזכרם של 8 לוחמים מגדוד סיוך 134 שנפלו במקום זה במלחמת יום הכיפורים.

**מפקדת נפח** – בסיס מפקדת האוגדה שבסמוך לו נבלמו הכוחות הסורים במהלך המלחמה. נספר על אזור הלחימה של חטי' 679, שלחמה בסורים במרכז הרמה.

14:00 **ארוחת צהריים בארוסת ארץ (כשר, באמנון חופשי)**

\*\* **ביקור באמ"ד אס** – נסיים בביקור במגרש הכדורגל במגידל שמש, שם נשמע על אסון הילדים שפקד את המקום בקיץ 2024.

19:00 חזרה משוערת לרעננה

המחיר למשתתף 280 ₪ כולל מע"מ

התוכנית ניתנת לשינויים

פרטים והרשמה במזכירות המועדון :

09-7610608 , 09-7610604

שבת בבוקר יום יפה...

## סיור מודרך בתערוכה

# "רוקם באור" של האומן ונגליס קיריס

במוזיאון א"י ברמת אביב

יום שבת 13.9.25

יציאה בשעה 8:45 מיז לבנים

מחיר למשתתף 100 ₪

להרשמה 09-7610604, 09-7610608



שבת בבוקר יום יפה ...



### "רוקם באור"

ביקור מודרך במוזיאון ארץ ישראל ברמת אביב

בתערוכה "רוקם באור" - ונגליס קיריס

יום שבת 13.9.2025

התערוכה מציגה פרויקט צילום ייחודי של הצלם הבינלאומי ונגליס קיריס (נולד ועובד ביוון) שהוזמן על ידי מוזיאון לצלם את אוסף התלבושות המרהיב של הביתן לתרבות יהודית ולפולקלור.

קיריס צילם כשמונים דוגמניות ודוגמנים לובשים פריטים מהאוסף שהוא אחד מהחשובים מסוגו בארץ. האוסף כולל תלבושות מלאות, פריטי לבוש, כיסויי ראש, תכשיטים וטליתות, מהמאות ה'18-20 שמקורן בקהילות יהודיות ברחבי העולם: בוכרה, עיראק, איראן, תימן, פולין, טורקיה, ארצות הבלקן וארצות במערב אירופה. תצלומי הדיוקן הדרמטיים שיצר קיריס מודפסים על בדי כותנה גדולים שעליהם הוא רוקם פרטים נבחרים ועדינים של רקמות זהב, מתכות עדינות וכותנה, המשחזרות מסורות רקמה עתיקות.

התערוכה מבטאת מדיום אומנותי ייחודי המשלב צילום ואומנות שימושיות והיא מחברת בין מסורות ישנות לימינו אנו. כך התלבושות המסורתיות חוזרות לחיים. אם ישאר זמן, נאפשר ביקור גם בתערוכה המיוחדת "שווה לחכות", שרק נפתחה לקהל.

יציאה: 8:45 מתחנת האוטובוס של יד לבנים | חזרה משוערת: 13:00

מחיר למשתתף/ת: 100 ש"ח

פרטים והרשמה במועדון הזהב 09-7610604/8 | zahav@raanana.muni.il

# הרמת כוסית לשנה החדשה ב"מכללת מועדון הזהב"

יום שלישי 16.9.25 בשעה 10:00  
ביד לבנים



 

**הרמת כוסית לשנה החדשה**  
יום שלישי 16.9.25 בשעה 10:00  
בלובי הכניסה של בית "יד-לבנים"

במעמד:  
חיים ברוידא, ראש העיר  
רונית וינטראוב, סגנית ראש העיר  
וממונה על אגף תרבות נוער ופנאי

**ציבור הגמלאים מוזמן!**



## קפה אירופה

לחודש ספטמבר 25

ההרצאות מתקיימות במועדון הזהב  
באולם "נועם", בשעה 16:30



# קפה אירופה

הרצאות חודש ספטמבר 2025

תאריך	מקום	נושא ההרצאה	מרצה
1.9.25	מועדון הזהב	"המפגש עם האחר כהזדמנות לשינוי"	ענת שפרן
8.9.25	מועדון הזהב	"חייו ויצירתו של אריק איינשטיין"	עינב כץ קראים
15.9.25	מועדון הזהב	מחרוזות משעשעות של סיפורים קטנים על אנשים גדולים (ביאליק, ניל ארמסטרונג, אלתרמן וכ"ו)	יניב שטרייפלר שחקן ומספר סיפורים
29.9.25	מועדון הזהב	"החקירה המשטרית מאחורי הקלעים"	טומי פלדינגר

נשמח לראותכם!?

# החלה הרשמה לחוגים לשנת הפעילות

## תשפ"ו 2025-2026

מיטב המדריכים ♥ מגוון חוגים ♥ במרכז העיר ♥ באוירה משפחתית ויחס אישי.  
♥ טיולים ונופשים ♥ מופעים ♥ ואירועים



✓ התעמלות ✓ פילאטיס ✓ יוגה  
✓ פלדנקרייז ✓ ניהתתעמלות כסאות ✓ זומבה ✓ ריו  
אביירטו ✓ ריקוד מזרחי ✓ ריקודי עם ✓ ציור  
✓ קרמיקה ✓ גילוף בעץ ✓ חוגי ברידג' ותחרויות ✓ אנגלית  
✓ ספרדית ✓ ערבית ✓ צרפתית ✓ איטלקית ✓ חבורת זמר  
✓ תנך ✓ פרשת השבוע ✓ תיפוף ✓ מכללות ועוד...



## מכללת מועדון הזהב

### החלה הרשמה למכללות לשנת הפעילות תשפ"ו - 25/26



גם אתם מוזמנים להתחדש במנוי שיאפשר לכם כניסה ליום הרצאות קבוע בשבוע

♦ מיטב המרצים במגוון נושאים ♦

ומפגש חברים מהנה בין ההרצאות על כוס קפה ☕

אז למה אתם מחכים ?

אוטוטו מתחילים.....

רישום טלפוני : 09-7610604 , 09-7610608 ☎

# ארגז כלים לגמלאי

סוף מעשה במחשבה תחילה...

"מועדון הזהב" מציג סדרת הרצאות העוסקת בשיפור איכות החיים ובזכויות הגמלאי בתחומי הבריאות, תזונה, סיעוד, צוואות, ייפוי כח מתמשך ואחרים

**יום שישי 26.9.25 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**ניווט בטוח ברשתות החברתיות** - מדריך מעשי לבני הגיל השלישי על זכויות וחובות בפרסום תוכן, בדגש על ההבדלים בין "לייק" ל"שיתוף" והשלכותיהם המשפטיות  
**מרצה:** עו"ד מרים אלישע זהבי



**יום שבת 27.9.25 בשעות 11:00-12:30 בית יד לבנים**  
**הקץ לדיאטות** - איך לשמור על משקל תקין בצורה טבעית ובריאה  
**מרצה:** גיל דוד



**יום שישי 17.10.25 בין השעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**מערכות יחסים זוגיות, חברות, קהילתיות** - מערכות יחסים משפיעות על הבריאות שלנו לא פחות מתזונה ופעילות גופנית! נחשף למנגנונים המופלאים שמתרחשים במוח, בגוף ובנפש כשאנחנו מקיימים קשרים משמעותיים עם אחרים. נגלה כיצד הקשרים החברתיים שלנו משנים את הכימיה במוח, משפיעים על המערכת החיסונית, ואפילו על אריכות החיים שלנו. נבין מדוע בני האדם מתוכנתים ביולוגית לחיפוש אחר קרבה וחיבור. נלמד על המדע שמאחורי אינטימיות, אהבה וחברות, ונקבל כלים מעשיים לטיפוח מערכות יחסים בריאות ומספקות  
**מרצה:** ד"ר רונית אשכנזי



**יום שישי 14.11.25 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**מיצוי זכויות בתחום הסיעוד בגיל השלישי** - על חוק הסיעוד של הביטוח הלאומי - משמעותו ומה נדרש למימוש. העסקת עובד זר - כיצד עושים? מה ההבדל בין העסקה דרך תאגיד או חברה? ביטוח סיעודי של קופות החולים ופרטי - ההבדלים ביניהם, היתרונות והחסרונות של כל אחד מהם ואיזה עדיף  
**מרצה:** ז'קלין אורלוק

**יום שישי 19.12.25 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**ייפוי כוח מתמשך, מינוי אפוטרופוס, צוואות ומה שביניהם** - מהם הדגשים החיוניים שחשוב שיהיו במסמך? את מי רצוי למנות? מי לא ניתן למנות? מנגנון קבלת החלטות, התנהלות מול בנקים, התנהלות מול גורמים רפואיים, השקעות בכספי הממנה, מטרתו של ייפוי כוח מתמשך והנחיות שנועדו להגן על הצוואה, המסמך הבלעדי שתקף 90 יום לאחר פטירה ומתי? חידושים על פי תיקון 21 לחוק ועוד, השוואה כנגד מינוי אפוטרופוס ונרחיב גם על צוואות (סוגי צוואות והדגשים החיוניים בצוואה)  
**מרצה:** עו"ד ונוטריון **תרצה שובל**, יו"ר הועדה הארצית לייפוי כוח מתמשך בלשכת עורכי הדין מרצה בקורס "רפואה ומשפט" באוניברסיטת תל אביב



**יום שישי 16.1.26 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**פטריות הקסם** - על המגוון הרחב של פטריות המרפא והיכולת שלהם לחזק את מערכות הגוף, להפחית סוכר, כולסטרול ודלקות שונות לצד שיפור רמות אנרגיה וחיוניות. כמו כן ההרצאה תציג מחקרים עדכניים בתחום הטיפול במחלות הסרטן  
**מרצה:** גלית קרמש



**יום שישי 13.2.26 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**הזכויות הכלכליות והמשפטיות בגיל השלישי לרבות ובדגש על היבטים חשובים במעבר לדיור מוגן** - מה חשוב לדעת לפני המעבר וחתומה על המעבר? מעבר לדיור מוגן הינה עסקה לכל דבר ויש להתייחס אליה ככזאת - סוף מעשה במחשבה תחילה  
**מרצה:** עו"ד מרים אלישע זהבי

**יום שישי 13.3.26 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**חשיבות התכנון לקראת הזיקנה** - קיימות דרכים שונות להתכונן לזיקנה, ביניהם היבטים משפטיים ורפואיים. בהרצאה יוצגו היבטים אלה וכן כלים שונים נוספים וידובר על חשיבות הנושא של תכנון מוקדם על מנת להבטיח הזדקנות מיטבית  
**מרצה:** ד"ר אילא קרמל שיפמן



**יום שבת 9.5.26 בשעות 11:00-12:30 בית יד לבנים**  
**החיים הטובים של הגיל השלישי** - הטכנולוגיות החדשות שנותנות לנו אריכות ימים עם יכולות קוגניטיביות גבוהות כולל שמחת חיים, ושמאפשרים לנו להיות יצירתיים בגיל השלישי וגם ברביעי  
**מרצה:** ד"ר בן ציון רובינפלד

**יום שישי 19.6.26 בשעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים**  
**"סופר פוד"** - השימוש במזונות על בתפריט היומי לאנטי אייג'ינג ותמיכה בכל מערכות הגוף והנפש  
**מרצה:** גלית קרמש

\* הכניסה להרצאות ללא עלות ומותנית בהזמנת כרטיסים מראש דרך מוקד קול טיקט 8864\* בכל יום ראשון של אותו שבוע.  
 \* התוכנית נתונה לשינויים, מומלץ לעקוב אחר הפרסומים באמצעי המדיה השונים.

# שישי שבת גמלאים לחודש ספטמבר 2025

**יום שישי 5.9.25 בין השעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים - הסרנדות היפות של המוזיקה -**  
סרנדה בהגדרתה היא שיר ערב מוזיקלי. כמעט כל המלחינים הגדולים, ממוצרט עד סטרווינסקי כתבו סרנדות או שילבו אותן ביצירותיהן. בהרצאה נסקור את התפתחות הסרנדה במגוון של צורות, תקופות וכלי נגינה ביצירות מתקופת הבארוק ועד למאה העשרים  
**מרצה: ירון קרשאי**

**יום שבת 6.9.25 בין השעות 11:00-12:30 בית יד לבנים - סודות ושקרים בקולנוע ובחיים -** נברר מהם הסודות והשקרים המקובלים במשפחה, מהם המניעים לסודות ושקרים אלו? מהם הנזקים? וכיצד גילויים יכול לטלטל משפחות באשר הן.  
**מרצה: ענת שפרן אור**

**יום שישי 12.9.25 בין השעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים - הבהאיים -** רב הנסתר על הגלוי - דת צעירה, המתפשטת במהירות, עשירה מאוד ושקטה אך מעוררת תיאוריות קונספירציה.....  
**מרצה: אביגיל ברקוביץ'**

**יום שבת 13.9.25 בין השעות 11:00-12:30 בית יד לבנים - על אומנות אקולוגית, מודעות לסביבה, מעורבות קהילה בטיוח חובק בין פינות מוכרות וחבויות -** יחד נשוטט בפינות בארץ ובעולם בעקבות אמנים יוצרים  
**מרצה: יונית קמחי**

**יום שישי 19.9.25 בין השעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים - "שרתי לך ארצי" -** מחווה לתוכנית הטלוויזיה "שרתי לך ארצי"  
**מרצה: שומי שירן**

**יום שבת 20.9.25 בין השעות 11:00-12:30 בית יד לבנים - שבתעיתון - הכניסה חופשית בהזמנת כרטיסים מראש (החל מיום א' של אותו שבוע) בקול טיקט \*8864**

**יום שישי 26.9.25 בין השעות 10:00-11:30 אודיטוריום יד לבנים - ניווט בטוח ברשתות החברתיות -** מדריך מעשי לבני הגיל השלישי על זכויות וחובות בפרסום תוכן, בדגש על ההבדלים בין "לייק" ל"שיתוף" והשלכותיהם המשפטיות  
**מרצה: עו"ד מרים אלישע זהבי**

**יום שבת 27.9.25 בין השעות 11:00-12:30 בית יד לבנים - הקץ לדיאטות -** איך לשמור על משקל תקין בצורה טבעית ובריאה  
**מרצה: גיל דוד**

לתשומת ליבכם:

הכניסה לפעילות שישישבת לתושבי רעננה ללא עלות בהזמנת כרטיסים מראש (החל מיום א' של אותו שבוע) בקול טיקט \*8864  
לא תתאפשר כניסה ללא כרטיס!

עירייה	שם תחנה
רעננה	דפנה/התדהר
רעננה	התדהר/דפנה
רעננה	התדהר/התעשיה
רעננה	שדרות וייצמן/התדהר
רעננה	שדרות וייצמן/החרושת
רעננה	בוהוב/וייצמן
רעננה	שדרות וייצמן/יפה ירקוני
רעננה	שדרות וייצמן/אהוד מנור
רעננה	ספורטק/שדרות וייצמן
רעננה	שדרות וייצמן/הנשר
רעננה	דרך יחשלים/שדרות וייצמן
רעננה	מוסד חינוכי כפר בתיה/דרך יחשלים
רעננה	בית לזינשטיין/אחוזת
רעננה	אחוזת/המיתר
רעננה	אחוזת/המלכים
רעננה	אחוזת/מגדל
רעננה	אחוזת/סקולוב
רעננה	אחוזת/בן גוריון

**נעים בסופ"ש !**

**לנוחיותכם ניתן להגיע להרצאות בקו אוטובוס 723**  
בימי שבת הקו יפעל מרעננה לכיוון תל אביב מהשעה 9:00 עד לשעה 17:00 הקו יוצא אחת לשעה.

מסלול הקו ברעננה יעבור ברחובות התדהר, וייצמן, דרך ירושלים, משם יחצה את אחוזה לרחוב בן גוריון ( **תחנה בבית יד לבנים** ) וימשיך דרך אוסטרוובסקי ועד ליציאה ממחלף 531 לאיילון ותל אביב.