

לוח פעילויות תרבות וספורט

יולי 2026 | תמוז - אב תשכ"ז



דיירים יקרים,

הבית נפתח, ואיתו נפתחות גם אינספור הזדמנויות ליהנות, ללמוד, ליצור ולהתחבר. פעילות התרבות והספורט היא לב פועם בקהילה שלנו, ואנו נרגשים לראות אותה הופכת לחלק משגרת החיים היומיומית גם בתוך הבית. כולם מוזמנים לקחת חלק בפעילויות, בחוגים ובמפגשים השונים.

אני מאחל לכולנו שנמלא את הבית ברגעים של עשייה, חברות, צמיחה ושמחה. דלתי וצוות הבית תמיד פתוחים עבורכם, ונעשה הכול כדי שתרגישו שזהו באמת הבית שלכם. ברוכים הבאים לבית החדש.

שלכם, טל

חוגים רבותי חוגים

חוברת חוגים תשלח בנפרד, עם פירוט על החוג, ימים ושעות. מוזמנים להגיע ולהתרשם.



חוגים יום הולדת

מזל טוב

2.7 אסתי קנול	11.7 סילבי אהרון
4.7 אילנה דויטשר	15.7 ינקו שרגא
5.7 דליה גילהר	18.7 אריה מלניק
5.7 מוטי רותם	22.7 רפי יושע
5.7 יעל נועם	23.7 פנינה ארגמן
9.7 גליה מלניק	25.7 צ'ארלי יניב



10:00 הרצאה: 'חגיגה ספרדית, מריקודי פלמנקו ועד אוצרות אלהמברה וברצלונה של גאודי' אביבה תומר

1.7
ט"ז תמוז
(ד')

10:30 כשספורט ותרבות נפגשים: סדנת מדיטציה וכתביה - אביבית רווח

2.7
י"ז תמוז
(ה')

20:30 מוצ"ש מוזיקלי

4.7
י"ט תמוז
(ש')

8:00 אירוע ספורט רשמי המכביה של פאלאס

6.7
כ"א תמוז
(ב')

19:00 מסיבת כתיחת הקיץ בסגנון הסיקסטז

7.7
כ"ב תמוז
(ג')

19:00 ערב סרט ועוד

11:00 תרבות בחוץ 'בשבילנו נעמי' - אנסמבל דרור

8.7
כ"ג תמוז
(ד')

18:00 הרצאה: המחשבות על החיים שרה כספי

10.7
כ"ה תמוז
(ו')

16:30 קבלת שבת עם יובל גלבוש

20:00 מוצ"ש מוזיקלי

11.7
כ"ו תמוז
(ש')

19:00 ערב סרט ועוד

3.7
כ"ח תמוז
(ב')

19:00 תרבות בחוץ 'מופע הדיוות הגדולות של הזמר העברי'

14.7
כ"ט תמוז
(ג')

18:00 הרצאה בנושא מעולם הבריאות והספורט

16.7
ב' אב
(ה')

16:30 קבלת שבת מוזיקלית

17.7
ג' אב
(ו')

18:00 הרצאה 'החוף באומנות ואומנות בחוף' - אורנה תומר

20.7
ו' אב
(ב')

18:00 הרצאה - ט' באב 'אבנים עם לב אדם' - אורלי בן משה

21.7
ז' אב
(ב')

16:30 קבלת שבת עם אילן דן

24.7
י' אב
(ו')

9:30 חוגים יום הולדת לילידי יולי

26.7
י"ב אב
(א')

19:00 מופע ט"ו באב 'שותקים נאהב' - זוהר בקאל ועדי לביא

27.7
י"ג אב
(ב')

11:00 תרבות בחוץ 'סיפור אהבה ארץ ישראל' - הצגת יחיד, תיאטרון אורנה פורת

29.7
ט"ו אב
(ד')

18:00 הרצאה 'אוסטרליה היבשת המופלאה' - רונן נקי

30.7
ט"ז אב
(ה')



המכביה

הראשונה

רשת פאלאס דיור מוגן

יום שני 6.7.26 | פאלאס מודיעין

ברוח המכביה, אנו מזמינים אתכם ליום ספורט מיוחד עם מגוון פעילויות, משחקים, תחרויות ופינוקים. בין אם אתם ספורטאים בנשמה ובין אם אתם מגיעים בשביל הכיף והחברה – יש מקום לכולם!

התכנסות וכיבוד קל	09:00
תחרויות בין הבתים: תחרות שחייה, תחרות קליעה למטרה	09:45
"אימון תחנות" - שיעור מחזורי (אודיטוריום)	09:45
התעמלות במים (בבריכה)	10:45
שיעור ריקוד בשיטת ניה (אודיטוריום)	10:45
הרצאה: "מצוינות בספורט, בחיים ובעסקים" יעל ארד, יו"ר הועד האולימפי	12:00
חלוקת גביעים ומדליות (אודיטוריום)	13:00
ארוחת צהרים במסעדת פאלאס מודיעין	13:30

עלות השתתפות: 45 ₪ לאדם

*שימו לב- המעוניינים להשתתף בתחרות, יש להירשם מראש אצל מנהלת הספורט

שעות פעילות בריכת פאלאס וחדר הכושר

יום א	יום ב	יום ג	יום ד	יום ה	יום ו	יום ש
07:30-12:30 בריכה חדר כושר	07:30-12:30 בריכה חדר כושר	07:30-12:30 בריכה חדר כושר		07:30-12:30 בריכה חדר כושר	07:30-12:30 בריכה חדר כושר	08:00-12:00 בריכה- שבת משפחתית חדר כושר- לדיירים בלבד
			16:00-19:00 בריכה חדר כושר			

שעות פעילות תחום הספורט והתנועה

יום א	יום ב	יום ג	יום ד	יום ה
07:30 התעמלות במים	08:00 יוגה כסאות	08:00 פעילות ברקפות		07:30 הליכה בפארק
08:30 כוח המוח	09:00 יוגה	09:15 ניה		08:30 פילאטיס שיקומי
09:30 זומבה		10:00 פלדנקרייז		09:30 פילאטיס
			17:00 התעמלות במים	
			17:45 אימון שחייה	
			18:30 התעמלות כסאות	