

הנכם/ מוזמנים/ות להרכיב את תכנית יולי האישית שלכם/ן

מערכת שעות לתוכנית יולי 2024 1.7.24-31.7.24

ההרשמה לתוכנית הקיץ תפתח

ביום ה' 13.6.24 בשעה 09:00 באתר מרחבים.



שומרים על שגרה ומחכים לשובם



קיץ 2024



מערכת שעות לתוכנית יולי 2024

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי
09:00-11:00 קורס: "סיפור ילדות שלי" 09:00-12:00 סדנאות אמנות (פירוט להלן)	09:00-12:00 סדנת אמנות: נויורגריקה (8.7) 11:00-12:30 הרצאות יום ב' (פירוט להלן)	פעילות במועדוני הישובים	09:00-12:00 קורס מבער (10-24.7) 09:00-12:00 סדנת אמנות: מנדלות מצוירות (31.7) 11:00-12:30 סדרת הרצאות: "החברה הערבית בישראל" 13:00-16:00 סדנת נגרות לוח פעילות לתינוק (17,24.7)	08:30-14:00 ברידג' 09:00-14:30 קורס: ביאליק, רב הנסתר על הגלוי 09:00-12:00 קורס אמנות: מיקס מדיה
פעילות גופנית				
11:30-13:00 ריקודי עם 13:30-14:30 צ'י קונג	10:00-11:00 פילאטיס עם נגה 11:00-12:00 פילאטיס עם נגה 11:00-12:00 פאולה 12:45-13:45 פלדנקרייז	10:30-11:30 פילאטיס עם נגה	09:00-10:00 ניה 10:00-11:00 יוגה רכה 11:00-12:00 פילאטיס עם ענת 12:00-13:00 פילאטיס בונה עצם אטי 12:45-13:45 הת' פונקציונאלית	09:00-10:00 ריקודים סלוניים 12:00-13:00 נשימה מודעת 12:30-13:30 פלדנקרייז 10:00-11:00 אימון עם דניס 10:30-11:30 פילאטיס עם נגה 11:30-12:30 פילאטיס עם נגה
	19:00-22:30 מועדון ברידג'	16:00-17:00 ריקודים סלוניים 17:00-18:30 ריקודים תרפיה		
חוגים בישובים:				
09:15-10:15 פילאטיס מורשת 18:30-19:30 כושר ותנועה לוטם	18:00-19:00 פילאטיס מצפה אבי"ב 18:30-19:30 פלדנקרייז לבון	08:30-09:30 כושר ותנועה לבון		10:20-11:10 רוקדים על כסאות יובלים

ההרצאות יתקיימו בימי ב' ד' בשעות 11:00-12:30 באולם מרחבים.
הרצאות יום ב' פתוחות להרשמה בנפרד בעלות של 50 ש"ח לכל הרצאה, או
כמנוי של 3 הרצאות בעלות של 120 ₪ (במקום 150).
(בנוסף אנו מציעים ביום ב' הרצאה אחת ללא תשלום, גם אליה יש להרשם)
הרצאות יום ד' הן סדרה של 4 הרצאות בעלות של 120 ש"ח. ההרשמה ביום
ד' הינה לסדרה מלאה.

הרצאות וקורסים ביולי

ההרצאות יתקיימו בימי ב' ד'
בשעות 11:00-12:30 באולם מרחבים.

הרצאות יום ב':

יש להרשם לכל הרצאה בנפרד.

1.7.24

"תמיד בתפקיד מלך" חיי ויצירתו של יוסי בנאי

מרצה: עודד צפתי, מרצה ומספר
סיפורים.

ספור חיי של אחד מגדולי
האמנים שלנו, זה שהצחיק וגרם
לנו לבכות, שקולו המיוחד מלווה את
פס קול חיינו וחתום על כל כך הרבה נכסי
צאן ברזל באמנות הישראלית.
ההרצאה רצופה תמונות וסרטונים, קטעי
ראיונות שירים ומערכונים ומוגשת בהומור
וגעגוע לאיש המיוחד הזה.



8.7.24

"ללכת רחוק בעקבות החלום"

מרצה: רז פישבין-אימבר
ההרצאה ללא עלות. יש להרשם
באתר מרחבים

איך הופכים חלום של שנים
למציאות? בגיל 50 הגשים רז
חלום ישן ויצא לבדו למסע
רגלי בן 4,200 ק"מ חוצה ארה"ב,
ממקסיקו עד גבול קנדה.
נשמע על החוויות והאתגרים
הרבים במסע, על נחישות
וויתורים שיש לעשות
כשמגשימים חלום... נשמע גם על
חוג ניווט חדש העומד להתקיים
בשנה הבאה במרחבים בהובלתו
של רז.



הרצאות יום ב':

יש להרשם לכל הרצאה בנפרד.

15.7.24

"תורת המשחקים בחיים האמיתיים: חשיבה אסטרטגית ביחסים בין-אישיים"



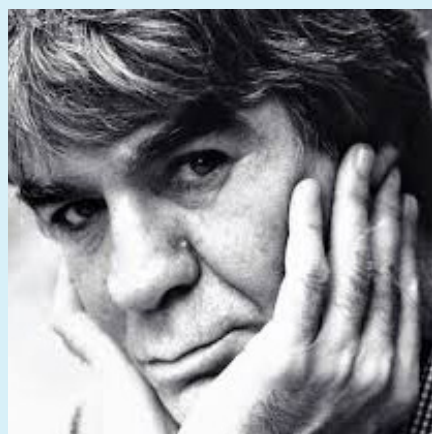
מרצה: פרופ' עדי אייל, ראש תוכנית המצוינות למשפט
בבר אילן, פרופ' למשפטים וד"ר בכלכלה ומומחה לתורך
המשחקים.

איך קשורה חשיבה אסטרטגית למערכות יחסים? כיצד עקרונות בתורת המשחקים מאפשרים הימנעות מסכסוכים ופתרון בעיות? ואיך כל זה קשור ל"סכסוכים פנימיים" בין חלקים (או היבטים) שונים באישיות וסגנון החיים הייחודי לי? נשלב בין הרצאה חווייתית למשחקים ממחישים, נצלול להבדלים בין מערכות יחסים חיצוניות לפנימיות וניישם אסטרטגיות וטקטיקות עסקיות לחיים האישיים. נבחן את עצמנו ואת זולתנו, ונלמד איך תורת המשחקים פועלת גם בחיי היום-יום. נצחק, נתעצבן (על עצמנו), ואידיאלית - גם נפתור בעיה או שתיים תוך כדי.

22.7.24

"מאחורי עיניים כחולות"

סרט דוקומנטרי-שיחה עם במאי
הסרט, עדי הראל



הסרט "מאחורי עיניים כחולות" הוא הצצה נדירה, מפתיעה ומרגשת מאוד לנפשו, ביתו ויצירתו של שמוליק קראוס, מלחין, זמר, יוצר ואישיות שנויה במחלוקת, דרך שיחות אינטימיות עם קראוס עצמו ועם משפחתו הקרובה, מהפרספקטיבה של סוף חייו, ודרך סרטי ארכיון משפחתיים והקלטות ביתיות שנחשפו בסרט. לאחר הצפייה בסרט תתקיים שיחה עם הבמאי, עדי הראל.

הרצאות יום ד':

החברה הערבית בישראל - תמונת מצב

מרצה: ערן זינגר, עיתונאי פרשן לענייני החברה הערבית ב"כאן חדשות", מגיש תכנית הרדיו "מרחאבית" וכתב במוסף השבועי "קול איסראיל" ב"כאן 11".

בסדרה של 4 הרצאות, המלווה בקטעים מתוך תוכניות תחקיר שערך ערן ותובנות בעקבות מאות ראיונות שטח, נשמע על תמונת המצב העכשווית של החברה הערבית בישראל, עניינים של זהות, יחסי הדורות, תחושת השייכות של ערביי ישראל בעבר ובהווה ונתהה יחד לגבי העתיד, כל זאת לאורם של אירועי ה-7.10 והמלחמה המתמשכת.

03.7.24	משבר הזהות של ערביי ישראל: בין ישראליות לפלסטיניות
10.7.24	הדור הצעיר בחברה הערבית והשפעת הרשתות החברתיות
17.7.24	הפשעה ברחוב הערבי: סיבות והשלכות לעתיד הרחוק
24.7.24	אירועי 7 באוקטובר וערביי ישראל: מפלס הפחד מנכבה שנייה



ביאליק - רב הנסתר על הנגלה

עם ניר אשכול

ימי ה' 09:00-10:30, ארבעה מפגשים, 4.7, 11.7, 18.7, 26.7

מחיר הקורס 120 ₪ (ניתן להרשם לקורס מלא בלבד)

מי היה בעצם חיים נחמן ביאליק?

לכאורה, כולנו יודעים לומר משהו על 'המשורר הלאומי' אך נדמה כי דווקא המעמד לו זכה, הרחיק מאיתנו את האפשרות להכיר את דמותו לעומק ולהבין את משמעות יצירתו.

ביאליק היה לא רק 'משורר' אלא אחת הדמויות החשובות, אם לא החשובה שבהן, בחידוש התרבות העברית.

בקורס נכיר את דמותו ונצלול לנבכי נפשו, בעיקר דרך מסתו המפורסמת 'גילוי וכיסוי בלשון'.



סיפור הילדות שלי, קורס כתיבת ספור ילדות

או ספר ילדים קצר

עם איילת הוך

ימי א' 09:00-11:00, ארבעה מפגשים, 7.7, 14.7, 21.7, 28.7

מחיר הקורס 120 ₪. (ניתן להרשם לקורס מלא בלבד).

בדרך חוויתית ונעימה נלמד כיצד לכתוב ולאייר ספר ילדים קצר, בעל עלילה קלה המבוססת על מתודה שתלמד בסדנה או על פי ספור אישי של המשתתף/ת.

נכיר את עולם כתיבת ספרות הילדים, בניית ספורי עלילה ודמויות, נעסוק בתכנון הספר ונכין סקיצות לאיורים (אין צורך בידע מוקדם או כשרון בציור - קיימים עזרים לביצוע המשימה).

בסוף הקורס יהיה לכל משתתף/ת ספר אמיתי, בכריכה קשה, כתוב ומאוייר על ידו/ה.



קורס בכלכלת משפחה - "מנצחים את המסגרת"

בשיתוף וסבסוד אשכול בית הכרם

4 מפגשים בתאריכים: 1.7, 8.7, 15.7, 22.7.24 בין השעות 17:00-20:00,

בהנחיית: צחי קלנר, תואר שני בכלכלה, יועץ כלכלי בכיר, ממקימי האיגוד ליועצים ומאמנים לכלכלת משפחה, מומחה למימון והשקעות, מנחה סדנאות ובעל ניסיון של 25 שנה בליווי מאות משפחות בתחום.

עם הפרישה מהעבודה משתנה הכנסת משק הבית ואתם עשויים למצוא עצמכם ניצבים בפני שאלות שבעבר לא התמודדתם איתן.

מטרת הקורס: להקנות ידע וכלים שיתמכו בשינוי תפיסת הניהול הכלכלי של משק הבית, לעורר מודעות לניהול נכון של תקציב המשפחה, ליצור תנאים של בטחון ויציבות כלכלית ולספק מנגנוני הגנה מפני זעזועים וטלטלות, בעיקר בתנאי האי ודאות של המשק הישראלי.

הקורס כולל: הרצאות, תרגולים וסימולציות, המאפשרות למשתתפים להתנסות ביישום כלי הניהול הכלכלי מבלי שתתבצע חשיפה של הנתונים האישיים.

בנוסף יוכלו המשתתפים בקורס לקבל **מפגש ייעוץ אישי בזום** בן שעה אחת עם מנחה הסדנה, בה המנחה בוחן את נתוני המשפחה (אותם הכינו במהלך הסדנה), ונותן המלצות אישיות לייעול תקציב המשפחה, וכן בוחן את המערך המימוני של המשפחה או כל שאלה ספציפית אותה מעלה המשפחה.

הקורס מיועד למקסימום 30 משתתפים (רצוי ומומלץ להגיע שני בני הזוג)
עלות כל הקורס: 50 ש"ח למשתתף בלבד.

עלות מפגש זום אישי - בתוספת ואופציונאלי: 100 ש"ח למפגש אחד.



מפגש	תכני המפגש
1.7.24	• אינטליגנציה פיננסית ומאזן • הכרות, מיתוסים, תבניות חשיבה - הכסף ואני • על הקשר בין אושר לעושר • אינטליגנציה פיננסית - הכלי הראשון לניהול כסף ולצמיחה כלכלית • המשפחה כארגון כלכלי - מאזן ככלי לניהול ההוצאות וההכנסות המשפחתיות • משולש ההצלחה הכלכלית
8.7.24	• תכנון תקציב • מבוא לכלכלה התנהגותית, ערכים, קבלת החלטות כלכליות במשפחה, הגדרת צרכים וסדרי עדיפויות • כלים אימוניים ומודלים לשינויים התנהגותיים • עקרונות לבניית תוכנית הבראה • תכנון תקציב משפחתי תכנון תקציב משפחתי
15.7.24	• בקרת תקציב וצרכנות פיננסית • שיטות וכלים לניהול בקרת תקציב ולתכנון וניהול תזרים מזומנים • מאזן נכסים והתחייבויות, מימון, משכנתאות • מערך הביטוחי המשפחתי ומוכנות פיננסית לעיתות משבר
22.7.24	• תוכנית לצמיחה כלכלית והגשמת יעדים • החזון הכלכלי המשפחתי • קבלת החלטות, אהבת סיכון/שנאת סיכון • תוכנית עסקית למשפחה - הגדרת תוכנית ומטרות ארוכות טווח

קורסי אמנות קצרים וסדנאות אמנות

קורס "נגיעות באש" עיבוד זכוכית במבער

עם דרור חפר, אמן זכוכית.

3 מפגשים ימי ד' בשעות 09:00-12:00

בתאריכים: 24.7, 17.7, 10.7

מחיר הקורס: (3 מפגשים) 220 ₪,

תוספת לחומרים: 60 ש"ח.

טעימה מעבודת עיבוד הזכוכית במבער, מבוא לפיסול בזכוכית, יצירת לוח משחק וחיילים (איקס עיגול)

מתאים למי שתמיד רצה ללמוד איך לנפח זכוכית ואיך ליצור ממנה מוצרים שונים. מוזמנים להתנסות בקורס קצר שישאיר לכם טעם של עוד..

טכניקות לעבודה עם מבער באש גלויה, ובסיס להמשך עבודה ביצירת תכשיטים ומוצרי נוי שונים.



קורס "רוח וחומר" - סדנא חוויתית של מיקס מדיה

עם ריקה רוסו סינה

4 מפגשים, ימי ה'

בשעות 09:00-12:00,

בתאריכים: 25.7, 18.7, 11.7, 4.7

מחיר הקורס: (4 מפגשים) 280 ₪

בתוספת 30 ש"ח עבור חומרים.

קורס חוויתי של התנסות במיקס מדיה עם חומרים שונים, בטכניקות שונות, תוך שימת לב למתחולל בתוכנו לפני ובמהלך היצירה. לא נדרש ידע קודם בציור.



קורס נגרות - יצירת לוח פעילות לתינוקות

ימי ד', 2 מפגשים 17.7, 24.7
בין השעות 13:00-16:00,

מחיר הקורס 180 ₪ בתוספת 30 ₪ לחומרים

בניית לוח פעילות לגיל הרך המרכז אלמנטים וגירויים מרתקים המסייעים לפיתוח ושיפור מיומנות מוטוריות וקוגניטיביות. כל משתתף/ת יקבל ערכה בסיסית עליה ניתן יהיה להרכיב ולבחור מתוך שפע האביזרים שיוצע בסדנה - כיד הדמיון הטובה עליו/ה. יש צורך במברגה אישית.



סדנת יצירת שרפרף עץ (שתי וערב)

עם פטמה מסרי

ימי א', 2 מפגשים, 7.7, 14.7 בין השעות 09:00-11:00

מחיר הקורס: 180 ₪ ובתוספת 30 ₪ לחומרים

במסגרת הסדנא נלמד את טכניקת הקליעה (מחוטי מקרמה) של רצועות אותן נשזור בטכניקת שתי וערב המסורתית המקומית ונייצר שרפרפי עץ מקסימים בשלל צבעים (כפי שראיתם בשנה שעברה בשולחן הבדואי בתערוכת האמנות).



בחרנו עבורכם/ן מגוון סדנאות מיוחדות.
מחיר כל סדנה 90 ₪ (כולל כל החומרים).
אין צורך בנסיון קודם.

סדנאות אמנות חד יומיות

מנדלות מצוירות

עם שושי שושני

יום ד' 31.7.24 בין השעות 09:00-12:00
ציור במעגל הינו חוויה מרגיעה, מדיטטיבית ומהנה. בלי לחשוב, בלי לתכנן, בלי לבחור- הגוף בוחר עבורנו ולנו נשאר לשחרר ולאפשר.
בסדנא נתנסה בציור מנדלות בטכניקות שונות ובצבעים מגוונים.
המפגש מתאים לכל מי שמעוניין לקחת פסק זמן צבעוני ומשמח.
מכאן פתוחה הדרך לאין ספור עבודות בחומר נגיש וזמין לכולם.



קליעת מגש קטלוני

עם לוזית ברנע

יום א' 21.7.24 בין השעות 09:00-12:00
הקליעה הקטלונית היא שיטת קליעה מסורתית שנשתמרה מחבל קטלוניה שבספרד.
במפגש נקלע בנצרים (רטאן) ונשלב חומרי קליעה נוספים כגון קרוקסומיה, בננות ונצרים הצבועים באמצעות תבלינים.

נוירוגרפיקה

עם גלי גרין

יום ב' 8.7.23 בין השעות 09:00-12:00
שיטת טרנספורמציה באמצעות ציור ייחודי שמאפשר ליצור שינויים חיוביים בחיים. ציורים עתירי זרימה וצבע בטכניקה הנלמדת במהלך הסדנה.



כל חוגי הפעילות הגופנית נחשבים
כפעילות אחת במנוי הקיץ.

פעילות גופנית ביולי

פילאטיס בונה

עצם עם אטי נקסון
במועדון הכפרי
ימי ד' בשעה 12:00-13:00

צ'י קונג

עם דנה עגור
באולם מרחבים
ימי א' בשעה 13:30-14:30

פילאטיס

עם ענת בלוגובסקי-שגיא
במועדון הכפרי
ימי ד' בשעה 11:00-12:00

פילאטיס

עם נגה דורי
במועדון הכפרי
יום ב' 10:00-11:00
יום ג' 10:30-11:30
יום ה' 10:30-11:30
יום ב' 11:00-12:00
יום ה' 11:30-12:30

פלדנקרייז

עם ורד זייד נתן
ימי ב' בשעה 12:45-13:45
ימי ה' בשעה 12:30-13:30

ניה

עם דורית אליאב
במועדון הכפרי
ימי ד' בשעה 09:00-10:00

התעמלות בשיטת פאולה

עם אסנת זהר
במועדון הכפרי
ימי ב' בשעה 11:00-12:00

התעמלות פונקציונאלית

עם נעמי כפיר
באולם מרחבים
ימי ד' 12:45-13:45

אימון כושר

עם דניס שפושניקוב
במועדון הכפרי
ימי ה' בשעה 10:00-11:00

נשימה מודעת

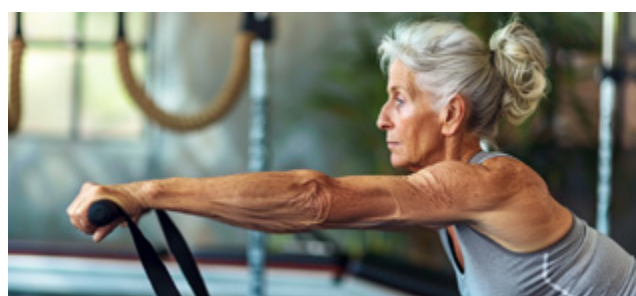
עם קרין גל כהן

חדש

ימי חמישי 12:00-13:00 באולם מרחבים

נשימה היא מפתח ושער לחיזוק הגוף והזנת כוח החיים שבו, והיא אחת הדרכים להשפיע על איזון עצב הואגוס, מודעות לנשימה כאורח חיים היא רפואה מונעת...

בשעורים נתרגל טכניקות נשימה, הרפייה ודמיון מודרך ככלי לתכנות מחדש של התודעה ושינוי תפיסות והרגלים ולתמיכה במצבים כמו כאב, קשיי שינה, מתח חוסר חוסר אנרגיה ועוד. התרגול יתקיים על כסאות או בשכיבה על מזרון ומיועד לכל אחד ללא הגבלה של גיל או יכולת כלשהיא.



**חוגים נוספים
במסגרת מנוי הקיץ:**

ברידג' מתקדמים

עם שחר זק
ימי ה' 08:30-11:30

ברידג' ממשיכים

עם שחר זק
ימי ה' 11:30-14:00

ריקודי עם

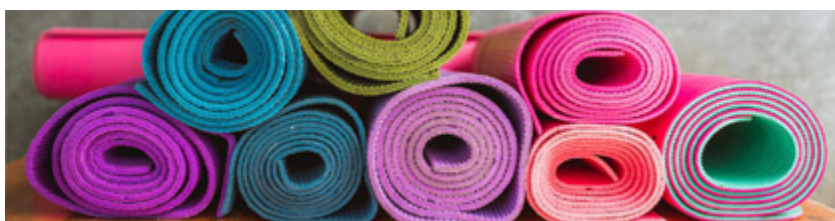
עם אבי אמסלם
ימי א' 11:30-13:00

ריקודים סלוניים

עם טל פלד
ימי ג' בשעה 16:00-17:00
ימי ה' בשעה 09:00-10:00

**רוקדים את החיים -
ריקודים כתרפיה בתנועה**
ימי ג' 17:00-18:30

English Lectures in Manof
with Jonathan Ritter
Tuesdays, 10:00-11:30



חוגי התעמלות בישובים:

התעמלות ותנועה בלוטם

עם אילון וקסלר
ימי א' 18:30-19:30

התעמלות באנגלית במנוף

עם נעמי כפיר
ימי ג' 11:30-12:30

כושר ותנועה בלבון

עם יעל גילור כהן
ימי ג' 08:30-09:30

פילאטיס בונה עצם במורשת

עם אטי נקסון
ימי א' 09:15-10:15

פלדנקרייז בלבון

עם מעיין בר
ימי ב' 18:30-19:30

פילאטיס בונה עצם במצפה אב"ב

עם אטי נקסון
ימי ב' 18:00-19:00

רוקדים עם כסאות ביובלים

עם טל פלד
ימי ה' 10:20-11:10



אירועים נוספים בקיץ

קייצוותא - סבא וסבתא מביאים את הנכדים/ות למרחבים

בתאריכים 18,19,20.8.24
(שימו לב - הוספנו עוד יום!)



פרטים מלאים יפורסמו במהלך חודש יולי.

קורס נאמני חירום וחוסן

בהדרכת אפי גיל-עד

4 מפגשים בימי ד', בשעות 09:00-13:00,

בתאריכים: 31.7, 7.8, 14.8, 21.8

הקורס ניתן ללא עלות מטעם המשרד לשוויון חברתי.

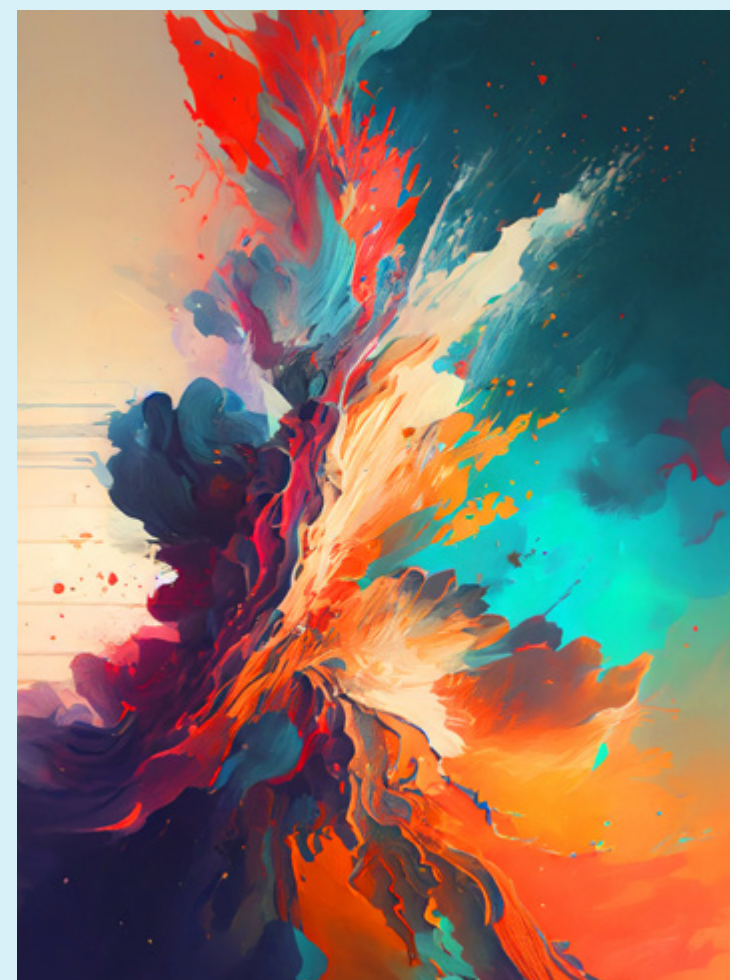
קורס הכשרה לבני הגיל השלישי - כיצד ניתן להתמודד עם מצבי חירום אישיים וקהילתיים ואף להשתלב במערך הישובי במקרה חירום. כלים מעשים, חוסן נפשי, סדנת עזרה ראשונה, החייאה ועוד - תכנים מעודכנים בקורס הותיק המתקיים אצלנו זו השנה החמישית.



תערוכת האמנות של מרחבים

תתקיים השנה בין התאריכים

17.7.24-31.7.24



פרטים מדויקים על שעות הפתיחה ועל אירוע הפתיחה יפורסמו בהמשך.

- מנוי הקיץ של מרחבים כולל עד שלושה חוגים במתכונת המוכרת (כלומר נרשמים לשלוש פעילויות ומשלמים רק על שתיים).
- מעל 3 פעילויות, עלות כל פעילות נוספת הכלולה במנוי היא 65 ש"ח.
- ההרשמה במנוי הקיץ הינה לפעילות מלאה (קורס בן 4 או 5 מפגשים) אין אפשרות להרשמה חלקית במסגרת המנוי.
- הפעילויות הכלולות במנוי: כל חוגי ההתעמלות, ברידג' ביום ה', ריקודי עם וריקודים סלוניים.
- הפעילויות שאינן כלולות במנוי: הרצאות, סדנאות וחוגי אמנות, קורס כתיבת ספור ילדות, קורס ספרות עברית ומועדון ברידג' של יום ב'. התשלום עבור פעילויות אלו הינו עבור כל אחת בנפרד בהתאם למפורט במחירון ובנוסף למנוי.
- ניתן להירשם להרצאות בודדות ביום ב' או לעשות מנוי של 3 הרצאות. הרצאות יום ד' הן סדרה.
- מספר המקומות בכל חוג מוגבל.
- פתיחת כל חוג מותנית במינימום נרשמים.
- לא ניתן לעבור בין חוג לחוג אלא באישור.
- **ניתן לבטל השתתפות בפעילות הקיץ ללא תשלום עד 23.6.24 בלבד.** לאחר תאריך זה ועד 30.6.24 יחולו דמי ביטול של 50% מעלות הפעילות.
- **לאחר ה-30.6.24 לא ניתן יהיה לבטל השתתפות. לא ניתן יהיה לקבל החזרים בגין העדרות מפעילות במהלך הקיץ.**
- עמותת מרחבים שומרת לעצמה את הזכות לשינויים.

פעילות	עלות לחוג/ 4 מפגשים	עלות להרצאה/ מפגש אחד	הערות
הרצאה אחת ביום ב'		50 ₪	
מנוי 3 הרצאות ביום ב'	120 ₪		
סדרת הרצאות "החברה הערבית"	120 ₪		
סדנאות אמנות חד פעמיות		90 ₪	משך כל סדנה 3 שעות. המחיר כולל חומרים
קורס נגיעות באש (מבער) 3 מפגשים	220 ₪		בתוספת 60 ש"ח לחומרים
קורס "רוח וחומר" מיקס מדיה 4 מפגשים	280 ₪		בתוספת 30 ש"ח לחומרים
סדנת שרפרפי עץ (שתי וערב) 2 מפגשים	180 ₪		בתוספת 30 ש"ח לחומרים
סדנת נגרות - לוח פעילות לתינוק 2 מפגשים	180 ₪		בתוספת 30 ש"ח לחומרים
קורס ספרות- ביאליק 4 מפגשים	120 ₪		
קורס כתיבת ספור ילדות 4 מפגשים	120 ₪		
מועדון ברידג' בהתאחדות	130 ₪		
פעילות אחת במנוי מרחבים קיץ	125 ₪		
2-3 פעילויות במנוי מרחבים קיץ	240 ₪		כל החוגים הכלולים במנוי נחשבים לפעילות אחת במנוי למעט ברידג' ביום ה' שנחשב לשתי פעילויות.
כל חוג נוסף במנוי	65 ₪		