הקרן לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית
כוחנו באחדותנו

הכלזהב

גליון 14 דצמבר 2019

מתוק מאז
ראיון עם דן כנר | עמ' 46

המדיה קוראת לכם | עמ' 48



ההסתדרות

תוכן עניינים:

ברכה ודברי פתיחה.....3
הנחיות לרישום לפעילויות.....4
מידע כללי.....5
ברכת יו"ר ההסתדרות, ארנון בר-דוד.....6
ימי כיף.....7
טיולים חד יומיים.....8-10
נופשים בארץ.....11-15
אירועים לשארים.....16
הצגות וקורסים.....17-18
קתדרות.....19
אירועים ליום האישה.....20-21
תמונות מהכנס השנתי.....22-23
טיולים לחו"ל.....24-44
כיצד נמנע מנפילות?.....45
מתוק מאז - ראיון עם דן כנר.....46-47
המדיה קוראת לכם.....48-50
תמונות מאירועי העמותה.....51-53
טופס רישום לפעילות העמותה.....55

כל הזכויות שמורות, לעמותת גמלאי המדינה בפנסיה תקציבית, אין לעשות שימוש, לשכפל, להעתיק, לצלם, לתרגם, לאחסן במאגר מידע, לשדר או לקלוט בכל דרך או אמצעי, אלקטרוני, אופטי, מכני או אחר כל חלק שהוא מהחלק הכלול בעיתון זה אלא ברשות מפורשת, בכתב ומראש מהמו"ל.

זכויות יוצרים
אנו מכבדים זכויות יוצרים ועושים מאמץ לאתר את בעלי הזכויות בצילומים המגיעים לידינו.אם זיהיתם בפרסומים צילום שיש לכם זכויות בו, אתם רשאים לפנות אלינו ולבקש לחדול מהשימוש, באמצעות כתובת המייל:
gimlaim@a-gam.co.il

עיצוב גרפי: נסיה מוסקוביץ'
עורכת: גלית גנדלמן
עורכת מהעמותה: הילה כרמלי
כתב: רונן דמארי
צילומים: גמלאי ועובדי העמותה, www.freepik.com

בקרו אותנו בפייסבוק:
גם - הקרן לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית
www.facebook.com/agamnpo

כתובתנו: פרופ' הלל וחנן אופנהיימר 10, קומה 2, רחובות
קבלת קהל ומענה טלפוני בימים א'-ה' בין השעות 08:30-16:00
טלפון: 08-9161002 | פקס: 08-9161004 | מייל: gimlaim@a-gam.co.il

סניף חיפה גמלאי המדינה | בנין ההסתדרות - ויצמן 41, קרית ביאליק
קבלת קהל ומענה טלפוני בימי ב' בין השעות 09:00-11:30, טלפון: 04-8723096

סניף ירושלים גמלאי המדינה | מרכז חיבה - הרצוג 75, ירושלים
קבלת קהל ומענה טלפוני בימים: א'-ה', בין השעות 10:00-13:00
טלפון: 073-7696289, פקס: 02-9927039

חברות וחברים יקרים,

שנת 2020 לפנינו ואנו שמחים להציג בפניכם בגיליון זה את מגוון הפעילויות שתכננו עבורכם לשנה הבאה עלינו טובה.

שנת 2019 היתה שנה מלאת פעילויות, חוויות, אירועים מלאי תוכן וריגושים. במסגרת ציון יום האישה, ארגנו לנשותינו כנסים במילאנו ובאילת, במהלכם נהנו הנשים ממגוון תכנים מעוררי מחשבה ושמחת חיים. בכנס השנתי באילת אלפי משתתפים נהנו מחגיגת בריאות, משפט ופנאי שכללה הרצאות של מיטב המרצים ומופעים של אמני ישראל מהשורה הראשונה, שהקפיצו את הקהל שלא נח לרגע. המשכנו ליצוק תוכן לעולמם של עמיתינו בקתדרות ברחבי הארץ, סדנאות, כנסים מקצועיים וקורסים להעשרה. בין לבין הנעמנו את זמנכם בפעילות ימי הכיף, ימי פינוק, טיולים חד יומיים, הרמות כוסית, הצגות ומופעי בידור.
בטיולים לחו"ל הוספנו יעדים אטרקטיביים ונחשקים, הגענו לארצות הברית, יפן, סוצ'י, ברזיל, אודסה, איסלנד ואיי סיישל. המשכנו ביעדים המוכרים, האהובים והמבוקשים ויצאנו למרוקו, באקו, סלוניקי, רודוס, הודו ולהפלגות מגוונות.

בשנה הקרובה תפגשו הצעות ליעדים מפתיעים בחו"ל, טיולים ונופשונים מגוונים ואטרקטיביים בארץ ואנו כמובן נמשיך להרחיב את פעילויות ההעשרה, הקורסים והסדנאות.

במעמד זה אנו שמחים לבשר כי לאחר מאבק ממושך של ההסתדרות והנהלת העמותה אל מול משרד האוצר, התקבל אישור להכניס את השארים לשורות העמותה. (פרטים ותנאים בעמוד 16)

"הכל זהב" - אתר האינטרנט מוכן עבורכם ולשירותכם, ניתן לקבל באתר מידע על פעילויותינו ובקרוב ניתן יהיה לבצע באמצעותו הזמנות, דבר שישפר את חווית הרישום לאירועים.

אנו נמשיך ללא לאות למלא ולהעשיר את זמנכם הפנוי בשלל חוויות שיותירו טעם של עוד.


אריאל יעקובי
יו"ר הסתדרות עובדי המדינה


עו"ד אהוד סרפיאן
מנכ"ל הקרן לגמלאי המדינה


שמוליק מזרחי
יו"ר הסתדרות הגמלאים

הנחיות כלליות

- הפעילות המפורטת בחוברת זו מיועדות לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית שדירוג השכר שלהם עונה לקריטריונים על פי ההסכם בין ההסתדרות לאוצר ולנלווים שלהם, אלא אם צוין אחרת.
- ברישום ראשוני לעמותה חובה להציג תלוש גמלה (פנסיה).
- **הזכאות אישית ואינה ניתנת להעברה.**
- העמותה שומרת לעצמה את הזכות לבקש תעודה מזהה בהגעה לפעילויות וככל שאין התאמה לרישום, יחויב המשתתף בהפרש בין מחיר גמלאי למחיר נלווה.
- המחירים המפורסמים הינם ליחיד בחדר זוגי.
- "מחיר גמלאי" המפורסם בחוברת זו הינו לאחר סבסוד של גמלאי המדינה בפנסיה תקציבית ובכפוף לזכאות.
- הרישום לאירועים מתבצע באמצעות "טופס רישום לפעילות" מלא. יש להקפיד על מילוי כל הפרטים וחתימה במקומות הנדרשים.
- **את טופס הרישום יש להעביר לשרות הלקוחות באמצעות פקס שמספרו 08-9161004, או בדוא"ל: gimlaim@a-gam.co.il**
- באחריות הנרשם לוודא הגעת הזמנתו ורישומו לאירוע המתבקש. נרשם שלא הסדיר תשלום מסיבה כלשהי, לא יוכל להשתתף באירוע. משלוח הקבלה אינו מהווה אישור קבלה ו/או רישום לאירוע.
- עמית שירשם לטיול ללא שותף לחדר ישלם עבור חדר יחיד בהתאם לתעריף שבחוברת. ככל שיבקש העמית, תסייע לו העמותה במציאת שותף אך אין היא מתחייבת שתוכל למצוא כן, ובכל מקרה היא לא תהיה אחראית להתאמת השותפים.
- היה ואחד השותפים לחדר יבטל את רישומו לטיול או יבקש לעבור חדר, יחויב השותף שנותר בחדר בתשלום עבור חדר יחיד, אלא אם כן מצא שותף אחר לחדר. בכל מקרה העמותה לא תהיה אחראית ולא תישא בתשלום כלשהו בגין כך.
- התשלום באמצעות כרטיס אשראי בלבד ובאחריות הנרשם למלא כל פרטי האשראי הנדרשים בטופס באופן קריא וברור.
- לא יינתן זיכוי בגין כרטיסים/מוצרים/שירותים שלא נוצלו. כרטיסים לפעילויות אינם נשלחים בדואר אלא ממתינים במקום הרלוונטי החל משעתיים לפני האירוע. לאחר ביצוע ההזמנה על המזמין לבדוק את פרטי הזמנתו. הזמנה שבוצעה תקפה ולא יינתן זיכוי/ביטול בדבר טענה שחלה טעות בהזמנה.
- מספר המקומות מוגבל, הרישום לפעילות על בסיס כל הקודם זוכה ו/או עד לתאריך סיום ההרשמה.
- "עמותת גמלאי המדינה" רשאית לסיים את הרישום ו/או את הפעילות בכל עת וללא הודעה מוקדמת. הפעילות המתפרסמת בחוברת זו נכונה ליום הפרסום, והיא מתעדכנת באתר האינטרנט. מידע עדכני ורלוונטי קיים באתר האינטרנט.
- קיום האירוע מותנה במינימום נרשמים.
- מידע עדכני ורלוונטי קיים באתר האינטרנט בכתובת: **www.a-gam.co.il**

זכויותיכם בעמותת הקרן לגמלאי המדינה

- החברות בעמותה מעניקה זכאות לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית, ליהנות מסבסוד פעילויות ומגוון הטבות בעולמות תוכן שונים ביניהם: תרבות ובידור, נופש ופנאי, צרכנות וסיעוד.
- **הזכאות לסבסוד נופש בארץ** - אחת לשנה קלנדארית.
- **הזכאות לסבסוד נופש בחו"ל** - אחת לשנתיים.
- **הזכאות לסבסוד הנופשונים בארץ ובחו"ל** מותנית בכך שהגמלאי פרש לגמלאות לפחות שנתיים קודם להזמנה. גמלאי אשר פרש לפני פחות משנתיים יהיה זכאי לפעילויות החד יומיות.
- **הזכאות לסבסוד טיול חד יומי** - 2 פעילויות בשנה.
- גמלאי אשר לא ינצל זכאותו, לא תעמוד לזכותו צבירת זכאות.

מידע כללי

- בתי המלון המוצעים הינם כפי המפורט בפרסום או דומים ברמתם. ייתכנו שינויים בבתי המלון בהתאם לאילוצים שונים.
- ההסעות הינן כפי המפורסם בלבד. לא יהיו נקודות איסוף ופיזור אחרות. פתיחת נקודות איסוף מותנית במינימום נרשמים.
- מסלולי הטיולים מתארים את אתרי הביקור, אך לא בהכרח את כיוון הנסיעה ו/או סדר הימים. ייתכנו שינויים בסדרי הביקורים והלינות.
- ייתכנו מסלולים ארוכים הכרוכים בנסיעה ממושכת וכי החזרה לבית המלון הינה רק בשעות הערב. כמו כן, הטיולים מתאימים לאנשים המסוגלים ללכת באופן עצמאי, **אלא אם כן צוין אחרת**.
- בנופשים לחו"ל אין אוכל כשר בטיסות ובבתי המלון, אלא אם צוין אחרת.
- ייתכנו שינויים במועדי הטיסות.
- בנופשים לחו"ל באחריות הנוסע לשאת דרכון ישראלי תקף ל-6 חודשים לפחות ממועד החזרה ארצה.
- באחריות הנוסע לוודא כי אין מניעה ליציאתו מהארץ וכי אין מניעה לכניסתו לארץ היעד.
- ליוצאים לחו"ל, יש להתעדכן בנושא החיסונים הנדרשים ליעד בהתאם להנחיות הרופא המטפל או לשכות הבריאות.
- בנסיעות לחו"ל - ביטוח נסיעות חובה! מומלץ לרכוש ביטוח הכולל סעיף ביטול נסיעות.
- העמותה שומרת לעצמה את הזכות להחליף ו/או לשנות מסלול של טיול.

תנאים ואחריות

עמותת "הקרן גמלאי המדינה" מודיעה כי פעילותה בכל הנוגע לאספקת השירותים והמוצרים בחוברת זו מתבצעת במסגרת היותה מקשרת בלבד. העמותה אינה נושאת באחריות כלשהי לטיב השירותים, איכותם ו/או כל נזק העלול להיגרם למזמין השירותים והמוצרים המוצעים על ידה.

למען הסר ספק, העמותה אינה נושאת באחריות כלשהי לציוד אישי שאבד/ניזוק.

כמו כן, מודיעה העמותה למזמין השירותים והמוצרים הנ"ל כי כל טענה ו/או תביעה בקשר לשירותים ו/או המוצרים הנ"ל תופנה ישירות אל ספק השירותים ו/או המוצרים, וכי העמותה לא תהיה אחראית לכל נזק כאמור לעיל. מומלץ לבדוק את מפרט השירות/המוצר טרם ההתקשרות.

תנאי ביטול

ביטול הזמנות בארץ:
מאישור ההזמנה ועד 21 יום לפני מועד היציאה, יחולו דמי ביטול בסך 100 ₪ המהווים דמי טיפול ורישום.
מ-21 יום עד 7 ימים לפני מועד היציאה, יחולו דמי ביטול בשיעור 50% מהמחיר המלא (לפני סבסוד)
מ-7 ימים ועד למועד היציאה, יחולו דמי ביטול מלאים על פי המחיר המלא (לפני סבסוד).

ביטול הזמנות חו"ל:
תנאי הביטול הינם בכפוף לתנאי הספק, כפי המפורט בפרסום הטיול.
בכל מקרה של ביטול, ייגבו 100 ₪ המהווים דמי טיפול ורישום.

גמלאיות וגמלאים יקרים,

ההסתדרות היא הבית של העובדים בישראל, אך גם כאשר אתם העובדים יוצאים לגמלאות, הבית נשאר פתוח עבורכם. אנו בהסתדרות רואים חובה וזכות לדאוג לרווחתכם – כמי שבנו, פיתחו וקידמו את המדינה ואת עולם העבודה המאורגנת במשך שנים ופעלו מתוך שליחות ותרומה לייעול השירות לציבור אזרחי המדינה.

בשנת 2020 אין כל סיבה שלא תזכו לרמת חיים מכובדת וראויה. בשנת המאה של ההסתדרות שאנו עומדים בפתחה, נתמקד בשיפור מצב הגמלאים בישראל לרבות טיפול בקצבאות הקשישים, גיל הפרישה וקרנות הפנסיה. אנו מחויבים להחזיר את כבודם של הגמלאים לראש סדר העדיפויות החברתי והלאומי, מתוך תפיסה לפיה חוסנה של חברה נגזר מהדאגה לציבור גמלאיה.

אנו בהסתדרות עמלים ללא הפסקה על פיתוח מגוון רחב של פעילויות תרבות ופנאי עבורכם, לרבות טיולים, ימי עיון והטבות צרכניות. מכללות הפרוסות מצפון ועד דרום ימשיכו להעניק לכם מבחר הרצאות מעשירות, ולצד זה מועדון ההטבות "ביחד בשבילך" שהחברות בו הינה חינם לגמלאי ההסתדרות, ימשיך להציע מגוון מוצרים ושירותים במחירים אטרקטיביים.

ברכות שלוחות ליו"ר הסתדרות עובדי המדינה ויו"ר עמותת גמלאי המדינה ידידי אריאל יעקבי ומנכ"ל העמותה אהוד סריפאן, על פועלם, תרומתם ועשייתם הענפה למען גמלאיות וגמלאי שירות המדינה.

שלכם ובשבילכם,

יו"ר ההסתדרות
ארנון בר-דוד



ימי כיף

יום פינוק בחמי געש
1.3.20, יום א'



מחיר נלווה: 300 ש"ח
*** כולל עיסוי, ארוחת צהריים והסעה**

איסוף: נתניה
סיום הרשמה: 2.2.20

יום כיף בחמת גדר
15.3.20, יום א'



מחיר נלווה: 120 ש"ח
*** כולל הסעה, שימוש במרחצאות וארוחת צהריים**

איסוף: צפת, קריון, חיפה, פרדס חנה, חדרה, נתניה, תל אביב, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות, ירושלים
סיום הרשמה: 12.2.20

יום כיף בחמי געש
24.5.20, יום א'



מחיר נלווה: 120 ש"ח
*** כולל הסעה, שימוש במרחצאות וארוחת צהריים**

איסוף: קריות, חיפה, פרדס חנה, חדרה, תל אביב, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות, אשקלון, ב"ש, ירושלים
סיום הרשמה: 23.4.20

יום פינוק בחמי געש
31.5.20, יום א'



מחיר נלווה: 300 ש"ח
*** כולל עיסוי, ארוחת צהריים והסעה**

איסוף: חדרה, פרדס חנה
סיום הרשמה: 30.4.20

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il



טיול בטבע פריחה ותבלינים - רמות מנשה / בליווי מוזיקלי

5.2.20, יום ד'

- **מחיר נלווה:** 99 ש"ח
- **נקודות איסוף:** קריות, חיפה, פרדס חנה, חדרה, באר שבע
- **סיום הרשמה:** 16.1.20
- **החברה המבצעת:** שחר ישראל

הטיול כולל:
- הסעה מנקודת האיסוף
- מדריך בכיר ומנוסה
- כניסה לאתרים
- ארוחת צהריים

מסלול הטיול:
- הפסקה לארוחת בוקר עצמאית
- גבעת הרקפות ברמות מנשה
- פריחה בנחל השופט
- כלניות במנחת מגידו
- ארוחת צהריים בשרית כשרה במסעדת "ליד היער" בגניגר
- בית לחם הגלגלית + חוות דרך התבלינים
- פריחה ביער השומרים

* סדר האתרים שבתוכנית עשוי להשתנות

קהילות יהודיות לקראת חג הפסח /

ביקור במפעל למצות שמורות וסיור בשכונות הראשונות של ירושלים

25.3.20, יום ד'





- **מחיר נלווה:** 99 ש"ח
- **נקודות איסוף:** נתניה, אשקלון, תל אביב
- **סיום הרשמה:** 25.2.20
- **החברה המבצעת:** שחר ישראל

הטיול כולל:
- הסעה מנקודת האיסוף
- מדריך בכיר ומנוסה
- כניסה לאתרים
- ארוחת צהריים

מסלול הטיול:
- הפסקת בוקר עצמאית בקניון הראל
- מפעל לייצור מצות שמורות בגבעת שאול
- משכנות שאננים וימין משה
- שכונת מחנה ישראל וחצר בית יהדות צפון אפריקה
- ארוחת צהריים בשרית כשרה במכון ואן ליר
- שכונת מזכרת משה וזיכרון משה
- שכונות החרדיות שבאזור נחלאות
- סיור בשוק מחנה יהודה

* סדר האתרים שבתוכנית עשוי להשתנות

באר שבע שלא הכרתם /

יום טיול בבירת הנגב של ישראל

22.4.20, יום ד'





- **מחיר נלווה:** 99 ש"ח
- **נקודות איסוף:** ירושלים, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות
- **סיום הרשמה:** 22.3.20
- **החברה המבצעת:** שחר ישראל

הטיול כולל:
- הסעה מנקודת האיסוף
- מדריך בכיר ומנוסה
- כניסה לאתרים
- ארוחת צהריים

מסלול הטיול:
- הפסקה לארוחת בוקר עצמאית
- מוזיאון האנז"ק ובית הקברות הבריטי
- גן אלנבי
- העיר העתיקה של באר שבע
- בית השיח' פריח אבו מדין.
- ארוחת צהריים בגן הטכנולוגי עומר
- אנדרטת חטיבת הנגב
- פרויקט ואדי עתיר - כולל קפה וכיבוד קל

* סדר האתרים שבתוכנית עשוי להשתנות

לקראת חג האסיף בשפלת יהודה ובעמק איילון /

קטיף פירות יער בנס הרים, טיול בטבע וטעימות יין וגבינות

20.5.20, יום ד'

- **מחיר נלווה:** 99 ש"ח
- **נקודות איסוף:** קריות, חיפה, תל אביב, באר שבע
- **סיום הרשמה:** 20.4.20
- **החברה המבצעת:** שחר ישראל




צילום: ד"ר אבישי טייכר

הטיול כולל:
- הסעה מנקודת האיסוף
- מדריך בכיר ומנוסה
- כניסה לאתרים
- ארוחת צהריים

מסלול הטיול:
- הפסקה לארוחת בוקר עצמאית בלטרון
- קטיף פירות יער בנס הרים
- טיול טבע ביער משואה
- ארוחת צהריים בשרית כשרה בנתיב הל"ה
- תל עזקה
- יקב מוני - טעימות יין וגבינות

* סדר האתרים שבתוכנית עשוי להשתנות

טיול חד יומי

"פסיפס אנושי" וקטיף דובדבנים / ברמת הגולן ומפגש עם קהילות מרתקות

10.6.20, יום ד'

- **מחיר נלווה:** 99 ש"ח
- **נקודות איסוף:** ירושלים, ראשון לציון, רחובות, נתניה, חדרה, פרדס חנה, חולון, בת ים
- **סיום הרשמה:** 10.5.20
- **החברה המבצעת:** שחר ישראל

מחיר גמלאי 69 ש"ח



הטיול כולל:
- הסעה מנקודת האיסוף
- מדריך בכיר ומנוסה
- כניסה לאתרים
- ארוחת צהרים

מסלול הטיול:
- הפסקה לארוחת בוקר עצמאית
- הג'ובה הגדולה יער אודם
- קטיף דובדבנים באודם
- ארוחת צהריים בשרית כשרה בקיבוץ מרום גולן
- הר בנטל - תצפית קוניטרה
- ברכת רם
- שוק האיכרים במסעדה
- סיור רכוב במג'דל שמס

*** סדר האתרים שבתוכנית עשוי להשתנות**



טיול למתקשים בהליכה

טיול חוויתי במודיעין / טיול מוסיקלי בלווי נגינה ושירה מימי החשמונאים ועד גיבורי תש"ח

17.6.20, יום ד'

- **מחיר נלווה:** 99 ש"ח
- **נקודות איסוף:** תל אביב
- **סיום הרשמה:** 17.5.20
- **החברה המבצעת:** שחר ישראל

מחיר גמלאי 69 ש"ח

הטיול כולל:
- הסעה מנקודת האיסוף
- מדריך בכיר ומנוסה
- כניסה לאתרים
- ארוחת צהרים

מסלול הטיול:
- הפסקה לארוחת בוקר עצמאית בלטרון.
- פארק קנדה תצפית לעמק איילון ובית חורון
- בברכות המים בפארק קנדה
- הכפר החשמונאי
- ארוחת צהרים בשרית כשרה ועשירה במסעדת "בופה" במודיעין
- "אום אל עומדאן" בית הכנסת העתיק מתקופת בית המקדש
- ביקור בבית הכנסת ההולנדי במבוא חורון

*** סדר האתרים שבתוכנית עשוי להשתנות**

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il

נופש בארץ

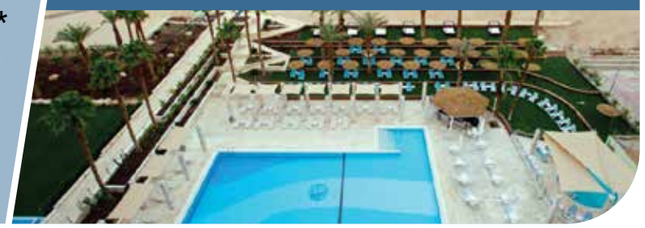
19-23.2.20 | קראון פלזה ים המלח



סופ"ש

ימים: ד'-א'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 425 ש"ח
מחיר נלווה: 1,825 ש"ח
איסוף: ירושלים
סיום הרשמה: 20.1.20

23-27.2.20 | הרודס ים המלח



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 500 ש"ח
מחיר נלווה: 1,900 ש"ח
איסוף: קריות, חיפה, תל אביב
סיום הרשמה: 20.1.20

15-19.3.20 | כנען ספא צפת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 410 ש"ח
מחיר נלווה: 1,810 ש"ח
איסוף: נתניה, חדרה, פרדס חנה
סיום הרשמה: 16.2.20

16-19.3.20 | הרודס פאלאס אילת



ימים: ב'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 50 ש"ח
מחיר נלווה: 1,435 ש"ח
איסוף: תל אביב, באר שבע
סיום הרשמה: 16.2.20

25-29.3.20 | אריאה אילת



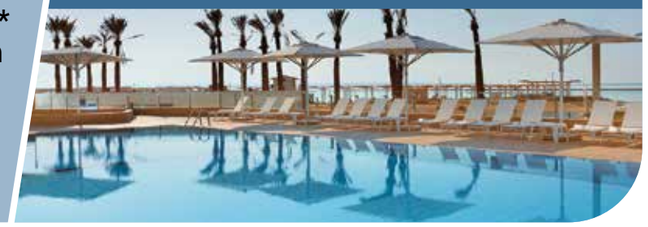
סופ"ש

ימים: ד'-א'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 560 ש"ח
מחיר נלווה: 1,960 ש"ח
איסוף: קריות חיפה, תל אביב, ירושלים
סיום הרשמה: 24.2.20

***במרבית הנופשים ייערך טיול בדרך למלון**

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il

8-12.4.20 | הוד המדבר ים המלח



ערב חג פסח

ימים: ד'-א'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 1,235 ש"ח
מחיר נלווה: 2,635 ש"ח
איסוף: קריות, חיפה, ירושלים
סיום הרשמה: 8.3.20

12-16.4.20 | הוד המדבר ים המלח



חוה"מ פסח

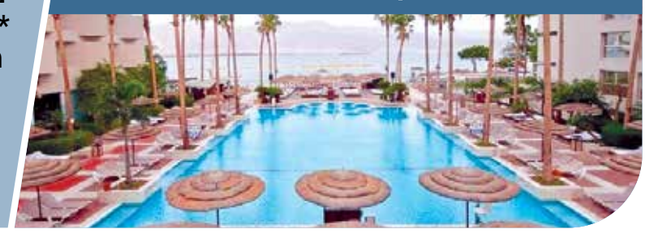
ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 1,235 ש"ח
מחיר נלווה: 2,635 ש"ח
איסוף: תל-אביב, חולון, בת-ים, ראשון לציון
סיום הרשמה: 12.3.20

19-23.4.20 | הרודס פאלאס אילת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 675 ש"ח
מחיר נלווה: 2,075 ש"ח
איסוף: קריות, חיפה, פרדס חנה, חדרה, ירושלים
סיום הרשמה: 19.3.20

17-21.5.20 | אריאה אילת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 435 ש"ח
מחיר נלווה: 1,835 ש"ח
איסוף: נתניה, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות, אשקלון
סיום הרשמה: 7.4.20

17-21.5.20 | אסטרל מאריס אילת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 50 ש"ח
מחיר נלווה: 1,435 ש"ח
איסוף: חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות, באר שבע
סיום הרשמה: 7.4.20

*במרבית הנופשים ייערך טיול בדרך למלון

24-27.5.20 | הוד המדבר ים המלח



ימים: א'-ד'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 85 ש"ח
מחיר נלווה: 1,485 ש"ח
איסוף: פרדס חנה, חדרה, נתניה, חולון, בת ים, אשקלון, באר שבע
סיום הרשמה: 23.4.20

27-31.5.20 | הוד המדבר ים המלח



חג שבועות

סוף"ש

ימים: ד'-א'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 830 ש"ח
מחיר נלווה: 2,230 ש"ח
איסוף: קריות, תל-אביב, ירושלים
סיום הרשמה: 27.4.20

31.5-3.6.20 | יו בוטיק טבריה



ימים: א'-ד'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 445 ש"ח
מחיר נלווה: 1,845 ש"ח
איסוף: פרדס חנה, חדרה
סיום הרשמה: 30.4.20

31.5-4.6.20 | חוף התמרים עכו



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 235 ש"ח
מחיר נלווה: 1,635 ש"ח
איסוף: תל אביב, ירושלים
סיום הרשמה: 30.4.20

31.5-4.6.20 | כנען ספא צפת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 410 ש"ח
מחיר נלווה: 1,810 ש"ח
איסוף: תל אביב, חולון, בת ים
סיום הרשמה: 30.4.20

*במרבית הנופשים ייערך טיול בדרך למלון

31.5-4.6.20 | קיבוץ לביא



שומרי מסורת

ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 335 ש"ח
מחיר נלווה: 1,735 ש"ח
איסוף: חולון, בת-ים, אשקלון, באר שבע
סיום הרשמה: 30.4.20

31.5-4.6.20 | אסטרל ויליג' אילת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 50 ש"ח
מחיר נלווה: 1,375 ש"ח
איסוף: קריות, חיפה, פרדס חנה, חדרה, נתניה, אשקלון
סיום הרשמה: 30.4.20

31.5-4.6.20 | אסטרל פאלמה אילת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 50 ש"ח
מחיר נלווה: 1,375 ש"ח
איסוף: תל אביב, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות, באר שבע
סיום הרשמה: 30.4.20

7-11.6.20 | קראון פלזה ים המלח



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 665 ש"ח
מחיר נלווה: 2,065 ש"ח
איסוף: ירושלים, תל אביב, ראשון לציון, רחובות
סיום הרשמה: 7.5.20

14-18.6.20 | הוד המדבר ים המלח



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 480 ש"ח
מחיר נלווה: 1,880 ש"ח
איסוף: קריות, חיפה, תל אביב, ירושלים, רחובות, ראשון לציון, באר שבע
סיום הרשמה: 14.5.20

*במרבית הנופשים ייערך טיול בדרך למלון

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il

9-12.7.20 | דן אילת



סופ"ש

ימים: ה'-א'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 775 ש"ח
מחיר נלווה: 2,155 ש"ח
איסוף: קריון, חיפה
סיום הרשמה: 9.6.20

12-16.7.20 | דן אילת



ימים: א'-ה'
***חצי פנסיון**
מחיר גמלאי: 1,130 ש"ח
מחיר נלווה: 2,530 ש"ח
איסוף: ירושלים
סיום הרשמה: 11.6.20

*במרבית הנופשים ייערך טיול בדרך למלון



הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il

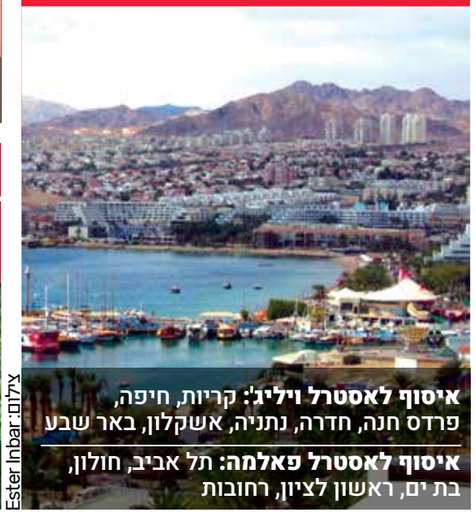
שארים יקרים, כחלק ממאבקנו לצירופכם לעמותה, אנו שמחים להציג בפניכם את ראשוני האירועים שהשגנו עבורכם **במחיר מסובסד**

נופשון

31.5-4.6.20 א'-ה' | **אסטרל ויליג'** אילת

31.5-4.6.20 א'-ה' | **אסטרל פאלמה** אילת

מחיר לשארים: 975 ש"ח



איסוף לאסטרל ויליג': קריות, חיפה, פרדס חנה, חדרה, נתניה, אשקלון, באר שבע

איסוף לאסטרל פאלמה: תל אביב, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות

יום כיף

24.5.20 א' | **חמי געש**

מחיר לשארים: 75 ש"ח



איסוף: צפת, קריון, חיפה, פרדס חנה, חדרה, נתניה, תל אביב, חולון, בת ים, ראשון לציון, רחובות, ירושלים

טיול חד יומי

10.6.20 ד' | **סיור "פסיספס אנושי" וקטיף דובדבנים בגולן**

מחיר לשארים: 84 ש"ח



איסוף: ירושלים, ראשון לציון, רחובות, נתניה, חדרה, פרדס חנה, חולון, בת ים

צילום: Ester Inbar

טיולים לחו"ל



סוצ'י, רוסיה
מחיר: 2,575 ש"ח
פרטים בעמ' 25



בורג'ומי, גאורגיה
מחיר: 2,985 ש"ח
פרטים בעמ' 34



מרוקו
מחיר: 6,135 ש"ח
פרטים בעמ' 38

"מקווה" |
20.2.20 יום ה', 11:00



הבימה, אולם מסקין,
שד' תרס"ט 2 תל אביב
*הגעה עצמית

מחיר גמלאי: 20 ש"ח
מחיר נלווה: 40 ש"ח

סיום הרשמה: 2.2.20

פתיחת קופות: 9:30
סגירת דלתות: 10:45

תקציר:
המחזה "מקווה" מתרחש במקום המפגש החודשי של הנשים השומרות על מצוות הטהרה. שם, במקווה הטהרה נרקמות מערכות יחסים מרתקות דרכן נחשפים סודות, שקרים, מאוויים ותשוקות בחייהן של שמונה נשים. המחזה שופך אור על חייהן של נשים חרדיות ודתיות המתמודדות עם המציאות המורכבת בה הן חיות ועם מערכת חוקים נוקשה שמתנגשת לא אחת עם עולמן הפנימי.

"תזמורת על תנאי" |
20.4.20, יום ב', 11:30
סיפורה של תזמורת הנשים באושוויץ



תיאטרון בית צבי,
אולם גרי בילו
רח' שועלי שמשון 2, רמת גן
*הגעה עצמית

מחיר גמלאי: 15 ש"ח
מחיר נלווה: 35 ש"ח

סיום הרשמה: 1.4.20

פתיחת קופות: 10:00
סגירת דלתות: 11:15

המחזה מבוסס על סיפורה המוזיקאית פאניה פנלון. פנלון הייתה זמרת ופסנתרנית מוכשרת ונשלחה על ידי הנאצים לאושוויץ-בירקנאו שם הייתה חלק מתזמורת נשים שניגנה מארשים ויצירות קלאסיות כדי להסיח את דעת האסירים המגיעים וכדי לבדר את הקצינים הנאצים. המחזה מביא הן את מערכת היחסים הסבוכה בין הבנות בתוך התזמורת בתנאים הקשים והן את הזוועה המשתוללת סביבן. שמואל הספרי מציג דרמת יחסים מרתקת ונוגעת ללב ומעלה שאלות מרתקות על מהות האמנות והיצירה בתוך תנאים קשים מנשוא.

קורס **גרפולוגיה** למתחילים



גרפולוגיה הינה תורת הכתב ועל פי הגרפולוגיה המודרנית - כתב המוח

מרצה: רויטל אלפסי

הנושאים הנלמדים:

- **שוליים:** שולי התחלה, שולי סיום, שוליים ימניים, שוליים שמאליים
- **רווחים:** רווח בין שורות, רווח בין מילים, רווח בין אותיות
- **גודל הכתב + נטיית הכתב**
- **שינוי בתוך מילה + רוחב וצרות הכתב**
- **אזורי כתיבה**
- **זווית הכתב**
- **חתימות**
- **משמעות הצבעים ואבחון ציורים**

מחיר הסדנא
גמלאי: **100** ש"ח
נלווה: **200** ש"ח

היכל התרבות,
דרך השלום 26, נשר

משעה 10:00 עד 12:00
03.02.20
04.02.20
11.02.20
25.02.20
04.03.20
18.03.20
25.03.20
01.04.20
07.04.20

קורס נומרולוגיה



דב גרגור נומרולוג מומחה ומרצה על נומרולוגיה, יקנה לכם ידע תיאורטי לצד התנסות מעשית.
בקורס נלמד לבנות אבחון נומרולוגי בסיסי לעצמנו, לקרובים ועוד. זהו כלי לשיפור התקשורת
הבינאישית וכישורי ההתמודדות מול אתגרי החיים תוך דגש על צמיחה אישית ופיתוח יכולות.

הנושאים שיילמדו:

תורת המספרים - 9 הטיפוסים בנומרולוגיה
מה נועדנו לעשות בחיים - 9 קבוצות הייעוד
אני גם זה וגם זה - מבנה תאריך הלידה, משמעות יום הלידה
זה לא הכל - משמעות חודש הלידה ושנת הלידה
מי אני ומה שמי? משמעות השם המלא
הכל בגלל ההורים - משמעות השם הפרטי, משמעות מספרי התנועה והעיצור
למה אנחנו מחליטים כמו שאנחנו מחליטים? - מישורי החשיבה
אז מי אני בכלל ? סיכום - איך לנתח אישיות על פי השם ותאריך הלידה
הדרך אל האושר - הפסגות - התחנות בדרך להגשמת הייעוד שלנו
איך להגשים את מה שנועדנו להגשים? האתגרים ומשמעותם
כמה טוב יהיה בשנה הבאה - הצצה לעתיד בעזרת הפסגות והאתגרים
שנים אישיות - איך לזהות הזדמנויות ולקפוץ עליהן בזמן המתאים לנו

משעה 10:00 עד 12:00
משרדי העמותה,
רחוב אופנהיימר 10, קומה 2
רחובות

תאריכי המפגשים:
03.02.20
10.02.20
24.02.20
03.03.20
09.03.20
16.03.20
23.03.20
06.04.20

מחיר גמלאי: 100 ש"ח
מחיר נלווה: 200 ש"ח

קורס צילום מקיף ומקצועי



ימי שלישי משעה 10:00 עד 12:00
משרדי העמותה, רחוב אופנהיימר 10, קומה ב', רחובות

הנושאים הנלמדים בקורס הם:

- צילומי אווירה וחשיפות ארוכות
- תאורה מעשית - צילומי סטודיו בחוץ
- צילומי סטודיו במועדון - צילום פנימי
- עריכה וטיפים בצילום

מחיר גמלאי: 200 ש"ח
מחיר נלווה: 400 ש"ח

10 מפגשים אשר יקנו למשתתפים ידע תאורטי ומעשי בעולם הצילום

תאריכי המפגשים:

04.02.20 הכרת המצלמה ויסודות הצילום.
11.02.20 יציאה לשטח ותרגול מעשי של צילום עומק שדה רדוד.
25.02.20 יציאה לשטח ותרגול מעשי של מהירות התריס.
10.03.20 הצגת הצילומים משני המפגשים הקודמים וקבלת משוב עליהם.
17.03.20 צילומי סטודיו במועדון דגש על צילומי פורטרט בשחור לבן וצבע.
24.03.20 יציאה לשטח ותרגול צילום בחשיפות ארוכות וציור באור יתקיים בשעות אחה"צ.
07.04.20 צילומי טבע.
21.04.20 לימוד צילום מקצועי בסמארטפון. חלק ראשון יהיה בעזרת מצגת באולם. חלק שני תרגול בשטח.
05.05.20 צילומי סטודיו או לוקיישן בחוץ.
12.05.20 **מפגש מסכם:** הצגת עבודות, משוב על העבודות ולימוד עריכה בפוטושופ

5 שיעורים יערכו באולם ו-5 שיעורים יערכו בשטח.
***לימי הצילום בשטח אופן ההגעה הינו עצמאי**

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il

זמן אקדמיה / הרצאות לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית

קתדרה **נשר**

יום שלישי משעה 10:00 עד 11:30 היכל התרבות, דרך השלום 26, נשר

7.1.20
מר **זאביק רילסקי**
אגן הים התיכון "שלולית של תרבויות"

21.1.20
פרופ' **תמר אלמור**
אושר ועושר האם ילכו יחדו?

4.2.20
מר **ערן צדקיהו**
ירושלים, בין קדושה לפוליטיקה

18.2.20
ד"ר **רז צימט**
איראן היום וברשתות החברתיות

3.3.20
גב' **ענת שפרן**
קולנוע

17.3.20
מר **נפתלי הילגר**
לבנון שכנתנו מצפון

31.3.20
מר **משה פויסטרו**
וייטנאם חדש מול ישן

5.5.20
ד"ר **אבי זלבה**
לחיות (כי אסור למות) בעיר הצפונית בעולם

19.5.20
גב' **מיכל יערי**
התמורות בסעודיה

2.6.20
מר **עידן צ'רני**
מסע באנטרקטיקה

16.6.20
מר **עופר ניסים**
התמורות שישנו את חיינו בעקבות הגידול הדמוגרפי

30.6.20
ד"ר **ינון שבטיאל**
מרד בר כוכבא במערות מפלט ומסתור

קתדרה **תל אביב**

יום שלישי משעה 10:00 עד 11:30 בית ועד הפועל, רח' ארלוזורוב 93 (קומה 7), תל אביב

7.1.20
גב' **טובי גולן**
מיסטיקה ביהדות - האומנם

14.1.20
מר **ערן צדקיהו**
ירושלים, בין קדושה לפוליטיקה

4.2.20
ד"ר **אפי זיו**
נביאי ישראל באומנות

11.2.20
מר **אורן נהרי**
חדשות חוץ

18.2.20
מר **משה פויסטרו**
וייטנאם - חדש מול ישן

17.3.20
מר **מתן חודורוב**
אקטואליה כלכלית בישראל

24.3.20
פרופ' **תמר אלמור**
אושר ועושר האם ילכו יחדו?

5.5.20
מר **נפתלי הילגר**
לבנון שכנתנו מצפון

26.5.20
גב' **ענת שפרן**
קולנוע

2.6.20
ד"ר **רז צימט**
איראן היום וברשתות החברתיות

16.6.20
מר **זאביק רילסקי**
אגן הים התיכון "שלולית של תרבויות"

23.6.20
ד"ר **ינון שבטיאל**
מרד בר כוכבא במערות מפלט ומסתור

30.6.20
גב' **מיכל יערי**
התמורות בסעודיה

מחיר להרצאה חד פעמית:
גמלאי: 25 ש"ח, נלווה: 35 ש"ח
התשלום בכרטיס אשראי בלבד
** ייתכנו שינויים | הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי

טל' לפרטים: 08-9161002
פקס להרשמה: 08-9161004
מייל להרשמה: gimlaim@a-gam.co.il



מחיר גמלאית: 510 ש"ח
מחיר נלווית: 1,210 ש"ח

מחיר גמלאית כולל טיסה: 685 ש"ח
מחיר נלווית כולל טיסה: 1,385 ש"ח
* הטיסות הן מ/אל נמל תעופה בן גוריון

*** חצי פנסיון | סיום הרשמה: 27.2.20**

איסוף: צפת, נהריה, קריון, חיפה, חדרה, פרדס חנה, נתניה, תל אביב, ירושלים, חולון, בת ים, רחובות, ראשון לציון, אשקלון, באר שבע.

נקודות האיסוף הינן כפי המצוין בלבד

***ההשתתפות מהווה ניצול/מימוש זכאות לטיול חד יומי**

חגיגות יום האישה בברצלונה



ימים: א'-ג' 16-18.2.20
ימים: ג'-ה' 18-20.2.20

מחיר גמלאית: 1,795 ש"ח
מחיר נלווית: 2,795 ש"ח

יום 1 | תל אביב-ברצלונה
נצא בטיסה לברצלונה. עם ההגעה נצא לסיור פנורמי שיכלול: סיור להר היהודים (מונג'ואיק), ביקור באצטדיון האולימפי שהינו חלק מהקריה האולימפית שהוקמה לאולימפיאדה שנערכה בעיר בשנת 1992, לא נחמיץ את התצפית המפורסמת "המירדור", הצופה על הנמלים והעיר ברצלונה

יום 2 | בניולס
לאחר ארוחת הבוקר נצא לכיוון בניולס, נתרשם מהאגם המרהיב אשר בו התקיימו התחרויות באולימפיאדת ברצלונה, נמשיך לעיר בסלו, עיר עתיקה מלאת סממנים של מסורת יהודית, המקווה העתיק ביותר באירופה. נחצה את הגשר העתיק ונחזור במנהרת הזמן 1,000 שנה לאחור. נסייר, נתרשם ונתרגש מהסיפורים. בתום הסיור נשוב לבית המלון. **בערב נצא למועדון פלמנקו.**

יום 3 | ברצלונה
לאחר פינוי החדרים והמלון נצא לסיור בעיר המקסימה. נתחיל את ביקורנו בכנסיית המשפחה הקדושה, פרויקט חייו של אנטוניו גאודי "הסגרדה פמיליה", נקיף את הפרויקט העצום והמיוחד בעולם, תוך כדי הסבר על אגפיו השונים. בסיום הסיור נמשיך לנמל האולימפי, אחת מפינות החמד של העיר. לאחר האתנחתא נמשיך במסע בזמן לסיור מקיף ברובע העתיק של ברצלונה "באריגוטיקו", נבקר בחצרו של ארמון מלכי אראגון ולא נחמיץ את הרובע היהודי העתיק של העיר. נמשיך לביקור מיוחד ברחוב מעצבי הטקסטיל הספרדיים, נטפס במעלה שדרת "פסאה דה גרציה" ונצפה בבניינים המפורסמים של גאודי "קאזה מילה" "וקאזה באיו". לקינוח נערוך סיור בשוק המפורסם של העיר שוק "הבוקריאה" המצוי בלב שדירת הרמבלס התוססת. נותיר זמן חופשי לבילוי וקניות ומשם נצא לשדה התעופה לטיסה לתל אביב. ●



כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: 2.2.20

מלון: PLASA CATALUNIA *4

המחיר כולל:
- טיסות במסלול תל אביב-ברצלונה-תל אביב (ללא ארוחה)
- סיורים וביקורים כמפורט בתכנית הטיול.
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר לא כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שאינו נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: השטיח המעופף

מפגש הקבוצה יתקיים בבניין ההסתדרות בתל אביב. פרטים מדויקים יימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-60 עד 30 ימי עבודה - 25%
מ-30 עד 14 ימי עבודה - 50%
מ-14 עד 7 ימי עבודה - 75%
מ-7 ימי עבודה ועד מועד היציאה - 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

***ההשתתפות אינה מהווה ניצול זכאות שנתית לנופש בחו"ל**

כנס שנתי 2019 <<< אילת

כשכל הילדים סיימו את החופש הגדול, אנחנו יצאנו לחופש ענק!
בדרך לאילת טיילנו בארץ ישראל היפה. חלקנו הכיר לראשונה את שדה התעופה "רמון" בהגיעו בטיסה. **תכף ומיד החלה החגיגה הגדולה...** בכל ערב נהנינו ממופעים של מיטב הזמרות והזמרים. האירוע המרכזי נפתח במופע אור קולי מרהיב שבסיומו עלו ובאו לרגש ולשמח אותנו **שלומי שבת** וצוות הנגנים והמלווים שלו. **הטיש הגדול** אירח את הזמרת **אביבה אבידן** והנעים את הערב עם מיטב שירי ארץ ישראל. **טריפונס** ולהקתו במופע טברנה שלא הותיר אותנו ישובים. הבאנו את מיטב המרצים אשר מילאו את ימי הכנס בתכנים מעניינים ומרתקים.


שלומי שבת





לי אברמוביץ'





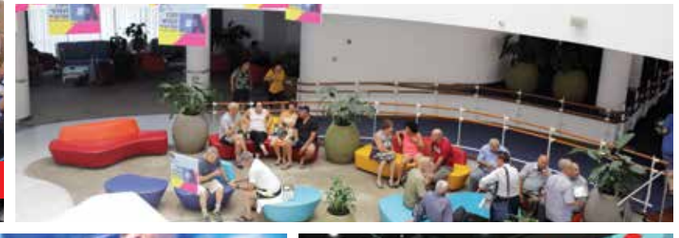


השופט בדימוס שלי טימן




פרופ' איתן פרידמן


חלוקת שי





ד"ר ליאת יקיר


חלוקת מגנים למתנדבים




הטיש הגדול



דב גרגור

ברזיל וארגנטינה - מצעד המנצחות

23.2-3.3.20
27.2-7.3.20

מחיר גמלאי: 8,260 ש"ח
מחיר נלווה: 9,960 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות בינלאומיות סדירות דרך רומא
- בתי מלון בדרגת תיירות ראשונה
- סיורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- 3 טיסות פנים כמפורט בתכנית הטיול
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- **ביטוח נוסעים חובה!** מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שאינו נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדוייקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!**
תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות: (נתון לשינוי)
23.2-3.3.20:
הלוך: תל אביב-רומא, אליטליה 20:15-17:25
רומא-בואנוס איירס, אליטליה 07:55-21:45
חזור: ריו דה ז'נרו-רומא, אליטליה 07:00-16:05
3.3.20 רומא-תל אביב, אליטליה 13:55-09:35

27.2-7.3.20:
הלוך: תל אביב-רומא, אליטליה 20:15-17:25
רומא- ריו דה זאנרו, אליטליה 06:05-21:50
חזור: בואנוס איירס-רומא, אליטליה 07:00-14:05
7/3/2020 רומא-תל אביב, אליטליה 13:55-09:35

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - $150
מ-21-30 ימי עבודה - 15%
מ-14-20 ימי עבודה - ימי עבודה - 45%
מ-7-13 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד ליציאה - 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

טיול למיטיבי לכת





// היכן נבקר

בואנוס איירס - סיור בעיר, הקאסה רוסדה" בית הנשיאות הוורוד, בניין העיריה הישן - הקבילדו, תיאטרון קולון, כיכר מאיו, פוארטו מאדרו, ריקולטה, גלריית פסיפיקו, שכונת סאן טלמו, אזור לה בוקה, מופע טנגו. **טיגרה -** שייט על נהר. **מפלי האיגואסו -** אחד משבעת פלאי עולם, מפלי "שתי האחיות". **ריו דה ז'נרו -** הר הסוכר, טיול ג'יפים בפארק הלאומי יער טיז'וקה, שכונה ציורית סנטה תרזה, הר הקורקובדו, מופע מצעד המנצחות, בנין התאטרון הלאומי, הקתדרלה החדשה, אצטדיון המרקנה, מדרגות Selarón. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג אויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

סוצ'י, רוסיה
הריווירה הרוסית

21-25.6.20 | 3-7.5.20

מחיר גמלאי: 1,375 ש"ח
מחיר נלווה: 3,075 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון. אפשרות לדג בנייר כסף בארוחת ערב בתוספת של 56 ש"ח לארוחה

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

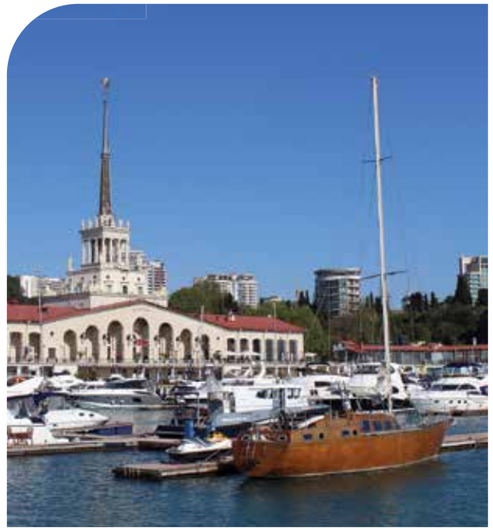
המחיר כולל:
- טיסת שכר במסלול ת"א-סוצ'י-ת"א
- בתי מלון בדרגת 5 כוכבים
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתוכנית.
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- מס עיר

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: השטיח המעופף

מפגש קבוצה יתקיים בבנין ההסתדרות בתל אביב, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך.
ההשתתפות חובה!
תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-60 עד 30 ימי עבודה - 25%
מ-30עד 14 ימי עבודה - 50%
מ-14עד 7 ימי עבודה - 75%
מ-7 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה - 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**





// היכן נבקר

סוצ'י - המרינה סיור רגלי למרכז אדלר. תיאטרון החורף, קתדרלת "המלאך מיכאל", תחנת הרכבת ומוזיאון האומנות. "עץ הידידות" הייחודי, הנמל, בניין הטרמינל, פסל "העוגן והתותח", שוק ומרכז קניות. **כפר צ'רקסי -** תעשיית הדבש והגבינות המקומיות, מלווה בטעימות, 33 מפלי המים בוואדי ג'גוש. סיור בשמורה ושוק מקומי. ארוחת צהריים כולל פולקלור מקומי. **דאצ'ה "גרין גרוב" -** ארמונו של סטאלין, הר "אחון" •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

שייט לאיי יוון
באוניה CROWN IRIS MANO
רודוס, מיקונוס, כרתים







3-8.5.20

מחיר גמלאי: **1,540** ש"ח
מחיר נלווה: **3,240** ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון (בימי שייט פנסיון מלא למעט שתייה בארוחת הצהריים/ ערב במסעדה בהגשה).

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחירים הנקובים מתייחסים לחדר חלון קלאסי (נוף לים). לשדרוג חדרים נא לפנות לנציגי העמותה

המחיר כולל:
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- אוזניות שמע
- הסעה מרכבת ארלוזורוב סבידור על דרך נמיר לנמל חיפה וחזרה
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפ באוניה 2 יורו ליום לאדם
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע תחת "המחיר כולל"

החברה המבצעת: פרי טורס

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - 49 יורו לאדם
מ-29 ימי עבודה עד 19 ימי עבודה - 35% לאדם
מ-18 ימי עבודה עד 8 ימי עבודה - 50% לאדם
מ- 7 ימים ועד למועד היציאה - 100% לאדם
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

רודוס - חומת העיר העתיקה, כיכר היפוקראטס, הרובע היהודי, לינדוס. **מיקונוס -** מיקונוס טאון - כנסיות וטחנות רוח, "ונציה הקטנה", כנסיית פאנאיה פרפוריטיאני, מגדלור ארמניסטיס. **כרתים -** אגיוס ניקולאוס - עיר נמל יוונית, עיירה אלונדה - שייט לאי ספינלונגה- "האי של סופיה". •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

דרום אפריקה ואיי סיישל
טיול למיטיבי לכת

16-28.10.20 | 8-20.5.20

מחיר גמלאי: **10,185** ש"ח
מחיר נלווה: **11,885** ש"ח







כלכלה: חצי פנסיון (לא כולל ימי טיסות)

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- הלוך: טיסות אל על סדירות ישירות במסלול ת"א-יוהנסבורג.
- חזור: טיסות סדירות עם אייר סיישל במסלול יוהנסבורג-סיישל, סיישל-תל אביב
- בתי מלון בדרגת תיירות ראשונה
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שאינו נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות
מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות: (נתון לשינוי)
הלוך: תל אביב-יוהנסבורג, אל על 05:30-20:30
יוהנסבורג-איי סיישל, אייר סיישל 20:45-13:50
איי סיישל-תל אביב, אייר סיישל 21:50-17:30

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - 50$
מ-30 ימי עבודה - עד 21 ימי עבודה - 15%
מ-20 ימי עבודה - עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה - עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

קייפטאון - רובע המלאי, הר השולחן, נתיב היין, כף התקווה הטובה, נתיב הגנים, מערת הנטיפים קנגו - אודסהורן. **חוות קנגו -** שייט בלגונת נייזנה. **מפרץ פלטנברג -** יער הצסיסיקמה. **יוהנסבורג -** "חלון האלוהים" - שלושת הראנדולים - בורות המזל ממפולנגה. **ספארי** בשמורת קרוגר. **שמורת קרוגר -** מעבר ומפלי לונג תום. **איי סיישל -** האי מאהה והבירה ויקטוריה. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג אויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

לונדון

טיול למיטיבי לכת

10-14.5.20
6-10.9.20
11-15.10.20

מחיר גמלאי: 3,305 ש"ח
מחיר נלווה: 5,005 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות ישירות במסלול ת"א-לונדון
- בית מלון בדרגת 4 כוכבים
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתוכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- דמי סבלות בבית המלון (מזוודה אחת לאדם)

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע תחת הסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: פרי טורס

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך.
ההשתתפות חובה!
תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות: (נתון לשינויים)
הלוך: תל אביב-לונדון, אל על 05:00-08:25
חזור: לונדון-תל אביב, אל על 23:25-06:15
ביום למחרת

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה $100 לאדם.
מ-29 עד 14 ימי עבודה - 50% לאדם.
מ-13 עד 8 ימי עבודה לפני היציאה - 70% לאדם.
מ-7 עד 0 ימי עבודה לפני היציאה - 100% לאדם.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**







// היכן נבקר

לונדון - כיכר פיקדילי, אזור הסוהו והתיאטראות, כיכר טרפלגר. סיטי - המרכז הפיננסי של לונדן, גשר לונדון, נהר התמזה, בתי הפרלמנט ומגדל השעון - הביג בן, רחוב דאונינג 10, ארמון בקינגהם, גריניץ', תצפית מגלגל הענק - London Eye, מוזיאון השעווה של מאדם טוסו, המוזיאון הבריטי, קובנט גארדן. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

קובה

טיול למיטיבי לכת

13-22.5.20
2-11.9.20

מחיר גמלאי: 5,705 ש"ח
מחיר נלווה: 7,405 ש"ח

כלכלה: פנסיון מלא בטרינידד ובוואדרו, בהוואנה - חצי פנסיון (לא כולל ימי טיסה)

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסה בינלאומית במסלול תל אביב -הוואנה
- בתי מלון בדרגת תיירות ראשונה
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- סיורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- מדריך ישראלי מקצועי
- הסדרי אשרות כניסה לקובה

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שלא נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך.
ההשתתפות חובה!
תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסה (נתון לשינוי):
הלוך: תל אביב-איסטנבול, טורקיש 00:25-20:55
הלוך: איסטנבול-הוואנה, טורקיש 08:10-02:25
חזור: הוואנה-איסטנבול, טורקיש 10:00-09:30
חזור: איסטנבול-תל אביב, טורקיש 14:25-13:15

תנאי ביטול:
מ-59 ימי עבודה - עד 31 ימי עבודה - 15%
מ-30 ימי עבודה - עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה - עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד מועד היציאה - 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**





// היכן נבקר

הוואנה - סיור פנורמי, טיילת "המליקון", בניין הקפיטוליו הלאומי שדרת "הפראדו", ספינת המהפכה ההיסטורית של פידל קסטרו "הגראנמה", טיילת המינגו, שכונת מירמר, רובע "ודאדו". **פינאר דל ריו -** תצפית ממלון ג'זמינס, אתר פרהיסטורי עם ציור הסלע הענקי, מערת הנטיפים האינדיאנית, שייט בסירות אל האגם התת קרקעי, ביקור בבית משפחה כפרית. פארק הלאומי של גואמה, שייט לכפר המשוחזר טאינה, הטיילת "הפראדו פרומנדה. **טרינידד -** סיור בעיר העתיקה. עיר העבדים, הכיכר המרכזית "פלאסה מיור", ביקור במוזאון ההיסטורי של ארמון קנטרו, מועדון קאנצ'אנצ'ארה. עמק "לוס אינחניוס. **סנטה קלרה -** מוזיאון הרכבת, המאוזולאום. **וראדרו -** כיכר המהפכה, פלאסה דה ארמאס, "פלאסה סן פרנסיסקו", "פלאסה וייאחה, "פלאסה קתדראל", סן קריסטובל דה לה הוואנה.

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג אויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

בייג'ינג - סין

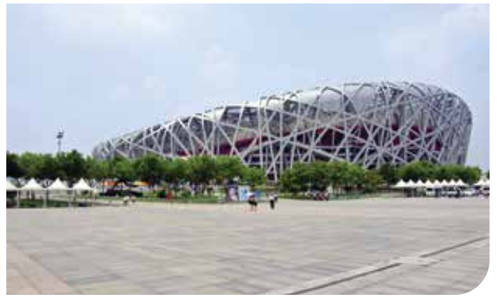
טיול למיטיבי לכת

24.10-1.11.20 | 16-24.5.20

מחיר גמלאי: 2,565 ש"ח
מחיר נלווה: 4,265 ש"ח







כלכלה: חצי פנסיון

סיום רישום: כחודשיים לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות אל על במסלול ת"א- בייג'ינג
- לינה במלון מדרגת תיירות טובה
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- ויזה לסין
- סבלות

המחיר אינו כולל:
- **ביטוח נוסעים חובה!** מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סיור בחירה
- כל מה שאינו מופיע תחת הסעיף " המחיר כולל"

החברה המבצעת: אשת טורס

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-60 יום ועד 45 יום לפני היציאה - 20%
מ-45 יום עד 30 יום לפני היציאה - 35%
מ-30 יום עד21 יום לפני היציאה - 50%
מ-21 יום עד 7 ימים לפני היציאה - 65%
מ-7 ימים עד 4 ימים לפני היציאה - 80%
מ-3 ימים לפני היציאה ועד ליציאה - 100%

על הנוסעים בעלי דרכון זר/ תעודת מעבר חלה האחריות לבדוק את תנאי הכניסה במדינת היעד.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

בייג'ינג - הכפר האולימפי, מתחם הפלייס, שוק האוכל הלילי. כיכר טיינמן, סיור במתחם העיר - דרך שערי העיר האסורה, מפעל משי,חנות אופטומטריסטית, מוזיאון הג'ייד, מרכז לרוקחות סינית, החומה הגדולה, בית מלאכה לעיבוד קלוזונה, שווקים עירוניים, פארק ארמון הקיץ - מקדש ים החוכמה, מפעל הפנינים, המוזיאון החדש, מרכז לרפואה סינית מסורתית, שוק האיכרים, רחוב ליו לי צ'אנג, המוזיאון הלאומי, מקדש השמים, בית תה סיני, מקדש הלאמה. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר ושיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

בייג'ינג - סין

טיול למיטיבי לכת

17-25.6.20

מחיר גמלאי: 4,980 ש"ח
מחיר נלווה: 6,680 ש"ח

לשומרי מסורת







כלכלה: חצי פנסיון.
ארוחות בוקר - על בסיס מוצרים מותרים מהמלון בכלים חד פעמיים.
ארוחות ערב - בבית חב"ד המקומי.
ארוחות שבת - סעודת ערב שישי בבית חב"ד, יום שבת ארוחת צהרים. סעודה שלישית.

סיום רישום: כחודשיים לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות אל על הלוך ושוב
- לינה במלון מדרגת תיירות טובה
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים במפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- ויזה לסין
- סבלות

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סיור בחירה
- כל מה שאינו מופיע תחת הסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: אשת טורס

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-60 יום ועד 45 יום לפני היציאה - 20%
מ-45 יום עד 30 יום לפני היציאה - 35%
מ-30 יום עד21 יום לפני היציאה - 50%
מ-21 יום עד 7 ימים לפני היציאה - 65%
מ-7 ימים עד 4 ימים לפני היציאה - 80%
מ-3 ימים לפני היציאה ועד ליציאה - 100%

על הנוסעים בעלי דרכון זר/ תעודת מעבר חלה האחריות לבדוק את תנאי הכניסה במדינת היעד.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

בייג'ינג - הכפר האולימפי, שוק האוכל הלילי, ביקור במתחם הפלייס. כיכר טיינמן, סיור במתחם העיר - דרך שערי העיר האסורה . ביקור במפעל פנינים, מוזיאון הג'ד, החומה הגדולה, פארק ארמון הקיץ - אגם קונמינג, מפעל המשי, שוק המשי/ המותגים, מקדש הלאמה, שוק הפרחים והצמחיה, מקדש השמים, בית תה סיני, המוזיאון החדש, בית חולים טיבטי, מרכז אופטומטריסטי ושוק האיכרים. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג אוויר או שיקול דעת המדריך, שינוי בלו"ז טיסות.

שייט בים האדריאטי

באוניה MSC ORCHESTRA

שייט משולב עם 3 ימי טיול בצפון איטליה



18-25.5.20 | ₪ מחיר גמלאי: **3,725** ש"ח | מחיר נלווה: **5,425** ש"ח

כלכלה: 3 לילות לינה בבתי מלון על בסיס ארוחת בוקר יתר הימים בספינה חצי פנסיון (בימי שייט פנסיון מלא)

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחירים הנקובים מתייחסים לחדר פנימי.
לשדרוג חדרים נא לפנות לנציגי העמותה

+ המחיר כולל:
- טיסות הלוך ושוב
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתוכנית
- מדריך ישראלי מקצועי

- המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- סבלות
- **דמי שרות חובה בשייט:** דמי שרות לצוות האנייה - 10 € לאדם ליום. בנוסף, ישולמו 15% דמי שרות על רכישות שונות באנייה. דמי השרות מיועדים לנותני השרות באנייה - חדרנים, מנהל חדר האוכל, מלצרים וסייעי מלצרים. תשלומים אלה ישולמו בסיום השייט באנייה עצמה.
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע תחת הסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: פרי טורס

! מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדוייקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות:
הלוך: מנתב"ג 17:30, לוונציה 20:20
חזור: מוונציה 21:30, לנתב"ג 01:55 למחרת

*** תנאי ביטול:**
61-94 יום לפני תאריך ההפלגה 40% ממחיר החבילה.
45-60 יום לפני תאריך ההפלגה 55% ממחיר החבילה.
21-44 יום לפני תאריך ההפלגה 80% ממחיר החבילה.
20 יום לפני מועד ההפלגה 100% ממחיר החבילה.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**



// היכן נבקר

ונציה - טיול לאורך התעלות והגשרים, גשר הריאלטו וכיכר סן מרקו, ארמון הדוג'ים וגשר האנחות. **קופר סלובניה -** משטחי המלח הצפוניים ביותר בים האדריאטי, סיור בסלובניה, משטחי המלח בצפון מערב המדינה, המוזיאון המקומי, כפר איסטרי מסורתי, טעימות מהשמן והיין מהתוצרת מקומית. **ספליט, קרואטיה -** סיור בעיר, ביקור במנזר הפרנצ'יסקנים, בית הכנסת המקומי, ארמון הרקטור. **קרואטיה -** זאדר, שמורת קרקא. **ורונה -** כיכר השוק הרומי, קברי משפחת האצולה סקליג'רי, המרפסת המפורסמת של יוליה, סירמיונה. אגם גארדה ומפלי ורונה, **חבל ונטו,** סאנו דל-גראפה, פאדובה. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדרך, שינויים בלו"ז הטיסות.

רומניה

16-23.6.20 | 19-26.5.20

₪ מחיר גמלאי: **1,395** ש"ח
מחיר נלווה: **3,095** ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון.
אפשרות לדג בנייר כסף בארוחת ערב בתוספת של 25 ש"ח לארוחה

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

+ המחיר כולל:
- טיסה בטיסות שכר, ת"א-בוקרשט-ת"א
- בתי מלון בדרגת תיירות טובה
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

- המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע תחת הסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: השטיח המעופף

! מפגש הקבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט כעמודים 4-5.

*** תנאי ביטול:**
מ-60 עד 30 ימי עבודה - 25%
מ-30עד 14 ימי עבודה - 50%
מ-14עד 7 ימי עבודה - 75%
מ-7 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה - 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**







// היכן נבקר

עיירה סלאניק - מכרות המלח, מוזיאון המלח. **עיירה סיניה -** ארמון פלש, סיור בגנים ובשוק המזכרות. **פויאנה בראשוב - עיירת נופש וסקי.** בראשוב- העיר העתיקה, הכיכר המרכזית ובית העירייה, הכנסייה השחורה, ביקור בבית הכנסת. **פראג'מר - כפר סקסוני -** מצודת הכנסייה העתיקה. **עיירת ימי הביניים סיגישוארה -** הבית בו נולד דראקולה, העיירה העתיקה, מגדל השעון, שוק הצועניים. **הקרפטים הדרומיים -** טירת בראן, -ארמון מבצר טרנסילבאני, שוק למרגלות המצודה. **בושטן -** הצלב הגדול, אנדרטה לזכר חללי מלחמת העולם הראשונה, לפרדיאל, עיירת סקי- הנקודה הכי גבוהה ברומניה. **בוקרשט -** שער הניצחון, ארמון המלך, משרדי הממשלה, כיכר המהפכה, התיאטרון הלאומי, בניין התזמורת הפילהרמונית, האקדמיה הצבאית, בית הכנסת ה"קוראל" וארמון ציאושסקו. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדרך, שינויים בלו"ז הטיסות.

בורג'ומי, גאורגיה

נופש וטיולים בדגש קולינריה גיאורגית
וטיפולי ספא מפנקים במלון ומרכז ספא יוקרתי

31.5-4.6.20	14-18.6.20
7-11.6.20	5-9.7.20

מחיר גמלאי: **1,785** ש"ח
מחיר נלווה: **3,485** ש"ח





צילום: Vladimer Shioshvili



צילום: Khachapuri-wikipedia

כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות סדירות במסלול
  תל אביב-טביליסי-תל אביב
- בתי מלון בדרגת תיירות ראשונה
- סיורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- טיפולים/מסאג'ים בספא המלון בבורג'ומי
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה!
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שאינו נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות

מפגש קבוצה יתקיים בבנין ההסתדרות בתל אביב, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסה (נתון לשינוי):
הלוך: תל אביב-טבליסי, גאורגיאן איירוייס 19:40-16:15
חזור: טבליסי-תל אביב, גאורגיאן איירוייס 20:35-19:00

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - 50$
מ-30 ימי עבודה - עד 21 ימי עבודה - 15%
מ-20 ימי עבודה - עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה - עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
*האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.

// היכן נבקר

תל אביב-טביליסי - ארוחת ערב חגיגית ומופעי פולקלור גיאורגים. **יקב "שאטו מוכראני" -** סדנת קולינריה מהמטבח הגיאורגי, סיור ביקב כולל טעימות וארוחת צהרים. **פארק המים -** טיפולים ומסאג'ים מפנקים במרכז הספא של המלון. **אחליצחה -** מצודת רבאטי - אחה"צ טיפולים ומסאג'ים מפנקים במרכז הספא של המלון. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

ניו יורק ולאס וגאס

טיול למיטיבי לכת

כולל מפלי ניאגרה, קנדה, פילדלפיה,
כת האיימיש וגראנד קניון

14-26.5.20

מחיר גמלאי: **12,295** ש"ח
מחיר נלווה: **13,995** ש"ח





כלכלה: חצי פנסיון, ארוחת בוקר במלון וארוחת צהרים או ערב בכל יום במסעדות דרכים לפי המסלול

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות סדירות וישירות לארה"ב, כולל טיסות פנים
- בתי מלון בדרגת תיירות טובה
- הדרכה על ידי מדריך ישראלי מצוות המטייל
- אוטובוס תיירים מרווח
- **כניסות לאתרים ואטרקציות המצוינים במסלול:** הפלגה סביב מנהטן, הפלגה במפלי הניאגרה ווטקינס גלן, הפלגה באלף האיים. **וושינגטון:** מוזיאון התעופה והחלל, מוזיאון השואה "ביתו של דניאל", סכר הובר, גראנד קניון

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- ויזות לארה"ב
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שלא נכלל בסעיף "המחיר כולל"

הערה:
ויזות: על הנוסעים ללא אשרת כניסה לארצות הברית להגיש את כל המסמכים הדרושים בהתאם להנחיות מחלקת הוויזות לפחות 120 יום לפני תאריך היציאה.

החברה המבצעת: המטייל

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
ממועד ההזמנה עד 60 ימי עבודה – 250$.
מ- 59 ימי עבודה עד 30 ימי עבודה – 25%.
מ- 29 ימי עבודה עד 15 ימי עבודה – 50%.
מ- 15 ימי עבודה ועד למועד היציאה – 100%.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
*האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.

// היכן נבקר

מנהטן - טיימס סקוור. **אי הגבעות וגורדי השחקים -** לינקולן סנטר, רוקפלר סנטר,"גריניץ' וויליג'", סוהו, צ'יינה טאון. **פסל החרות. ניו יורק - סנטרל פארק והשדרה החמישית. מפלי הניאגרה -** קניון ווטקינס גלן ומפלי המים. באפאלו, מפל "הפרסה" ו"הינומת הכלה". טורונטו - בניני העיריה, בנין הפרלמנט, מרכז איטון. **אלף האיים, פנסילבניה, וושינגטון -** מצבת הזיכרון ללינקולן, אנדרטת חללי מלחמת ויטנאם ומלחמת קוריאה, מצבת ג'פרסון, **מרכז המוזיאונים -** מוזיאון התעופה והחלל, מוזיאון השואה. **גבעת הקפיטול -** הסנאט ובית הנבחרים, הבית הלבן. **עולם השוקולד של "הרשי", פילדלפיה,** פעמון החירות, פארק העצמאות. **לאס וגאס. גראנד קניון -** נהר הקולורדו, הגדה המערבית של הגראנד קניון, אגם "מיד" וסכר הובר •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

סלוניקי



19-23.7.20 | 7-11.6.20

מחיר גמלאי: 1,050 ש"ח
מחיר נלווה: 2,750 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון.

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסת שכר במסלול ת"א-סלוניקי-ת"א
- בית מלון מדרגת 5 כוכבים
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- מס עיר

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: השטיח המעופף

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך.
ההשתתפות חובה!
תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-59 יום עד 14 יום לפני היציאה - 25%.
מ-14 יום עד 7 ימים לפני היציאה - 50%.
מ-7 ימים עד 3 ימים לפני היציאה - 75%.
מ- 3 ימים ועד למועד היציאה - 100%.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
*האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.





// היכן נבקר

סלוניקי - סיור פנורמי בעיר - כיכר אריסטוטלוס, טיילת, המגדל הלבן. **סיור בעיר -** אנדרטה לזכר הנספים בשואה, תצפית על בנייני הקהילה, החמאם הטורקי, בית הכנסת הגדול, ביקור במוזיאון השואה, רחוב המותגים - צימיסקי". **מטאורה - המנזרים התלויים -** מנזר "סנט סטפן", לתצפית על חמשת המנזרים, בביקור בעיירה קלמבקה. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר ושיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

סלוניקי

לשומרי מסורת



12-16.7.20

מחיר גמלאי: 1,340 ש"ח
מחיר נלווה: 3,040 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון,
4 ארוחות ערב גלאט כשר
בהשגחת הרב יואל קפלן - בבית חב"ד
ארוחות בוקר במלון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסת במסלול ת"א-סלוניקי-ת"א
- בית מלון בדרגת תיירות ראשונה
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתוכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: השטיח המעופף

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך.
ההשתתפות חובה!
תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-60 עד 30 ימי עבודה - 25%
מ-30 עד 14 ימי עבודה - 50%
מ-14עד 7 ימי עבודה - 75%
מ-7 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה - 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
*האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.





// היכן נבקר

סלוניקי - שוק מקורה, אנדרטה לזכר הנספים בשואה, תצפית על בנייני הקהילה, חמאם טורקי, בית הכנסת הגדול, ביקור במוזיאון השואה, רחוב המותגים של העיר "צימיסקי". **המטאורה -** המנזרים התלויים - מנזר "סנט סטפן", ביקור בעיירה קלמבקה. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר ושיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

מרוקו
טיול למיטיבי לכת
ממלכת מגרב הקסומה
ערי המלוכה, הרי האטלס, האוקיאנוס האטלנטי
ומדבר סהרה



11-23.6.20
27.8-8.9.20

מחיר גמלאי: 4,935 ש"ח
מחיר נלווה: 6,635 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסה סדירה לקזבלנקה דרך מלטה
- בתי מלון מדרגה ראשונה
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- סיורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- מדריך ישראלי מקצועי
- הסדרי אשרות כניסה למרוקו

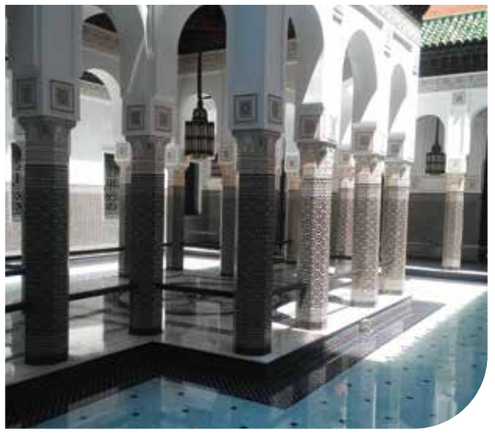
המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שלא נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסה (נתון לשינוי):
הלוך: תל אביב-מלטה, אייר מלטה 08:40-05:30
הלוך: מלטה-קזבלנקה, אייר מלטה 11:55-09:30
חזור: קזבלנקה-מלטה, אייר מלטה 23:55-19:55
חזור: מלטה-תל אביב, אייר מלטה 05:25-00:45

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - 50$
מ-30 ימי עבודה - עד 21 ימי עבודה - 15%
מ-20 ימי עבודה - עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה - עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**



// היכן נבקר
קזבלנקה - בנין הדואר, בנין העיריה, בנין בית המשפט, המזרקה. כיכר מוחמד החמישי, המרכז האדמיניסטרטיבי של קזבלנקה, עין דיאב ורובע אנפה. בית הכנסת הגדול, מסגד חסן השני, העיר העתיקה. **רבאט -** בניין הפרלמנט במוזוליאום מוחמד החמישי, מגדל "טור חסן" בקסבה של רבאט - קסבת "איודייה". **מקנס -** הבריכה הגדולה "בריכת אגדל", הרובע היהודי העתיק, שער "באב אל מנסור". **פס -** רחבת ארמון המלך, שער באב בו ג'ולוד, "מלאח היהודי", מתחם קבורה "לאלא סוליקה". **איפראן -** סיור בעיר. טיול ג'יפים למדבר הסהרה, "עמק הטודרא", "עמק הדאדס". **וורזאזאת - "קסבת איית בן חדו, "טיזין טישקא". <u>מרקש</u> -** "גני המנרה", ארמון "הבהייא", מסגד "הקוטוביה, סמטאות "המלאח היהודי", לסיור כרכרות, כיכר "ג'אמע אל-פנא". עמק האוריקה, בילוי "פנטזיה מרוקאית". **(א)סווירה -** הנמל הפורטוגזי ונמל הדייגים, תצפית במצודת "סקאלה דה לה ויל". מפלי האוזוד. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

מרוקו
טיול למיטיבי לכת
ממלכת מגרב הקסומה
ערי המלוכה, הרי האטלס, האוקיאנוס האטלנטי
ומדבר סהרה



25.6-7.7.20

מחיר גמלאי: 5,285 ש"ח | מחיר נלווה: 6,985 ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון כשר - ארוחות בוקר הכוללות תוספות מהארץ ואפשרות להכין כריכים לארוחת צהרים + 9 ארוחות ערב בשריות כשרות בקהילה היהודית (קזבלנקה, פס, מרקש) + 2 ארוחות ערב המבוססות על דגים וירקות בנייר כסף בכלים חד פעמיים + ארוחה כשרה ארוזה ביום האחרון.

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסה סדירה לקזבלנקה דרך מלטה
- בתי מלון מדרגה ראשונה
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- סיורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- מדריך ישראלי מקצועי
- הסדרי אשרות כניסה למרוקו

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שלא נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים יימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסה (נתון לשינוי):
הלוך: תל אביב-מלטה, אייר מלטה 14:40-12:35
הלוך: מלטה-קזבלנקה, אייר מלטה 18:40-16:30
חזור: קזבלנקה-מלטה, אייר מלטה 23:55-19:55
חזור: מלטה-תל אביב, אייר מלטה 05:25-00:45

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - 50$
מ-30 ימי עבודה - עד 21 ימי עבודה - 15%
מ-20 ימי עבודה - עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה - עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**



// היכן נבקר
קזבלנקה - הכיכר המרכזית על שם מוחמד החמישי, בניין הדואר, בנין העיריה, בנין בית המשפט , המזרקה , רחבת - מסגד חסן השני, העיר העתיקה, שוק "חבוס, עין דיאב ורובע אנפה. **רבאט -** רחבת ארמון המלך, מוזוליאום מוחמד החמישי , הקסבה של רבאט - קסבת "איודייה. **מקנס -** הבריכה הגדולה "בריכת אגדל", הרובע היהודי העתיק, שער "באב אל מנסור". **פס -** רחבת ארמון המלך, שער באב בו ג'ולוד", "מלאח היהודי", מתחם קבורה "לאלא סוליקה", מופע פולקלור אותנטי. **איפראן -** סיור בעיר, העמק הגדול "עמק הזיז", טיול ג'יפים במדבר סהרה, מערכות הפוגארות, **עמק התמרים -** "עמק הטודרא", עמק הדאדס", "דרך אלף הקסבות". **ורזאזאת -** "קסבת איית בן חדו". ביקור בכפר ברברי. **(א)סווירה -** הנמל הפורטוגזי ונמל הדייגים, תצפית במצודת "סקאלה דה לה ויל", סיור בשוק, המלאח היהודי, עליה לקברו של הרב חיים פינטו זצ"ל. **מרקש -** פולקלור מרוקאי, גני מז'ורל, עמק האוריקה המוריק, נעבור לציונו של ר' שלמה בל חנס זיע"א, סיור כרכרות, סיור רגלי בכיכר ג'אמע אל-פנא, גני המנרה, גני הקוטובייה, מסגד הקוטוביה •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

שייט בים התיכון

באוניה MSC DIVINA

איביזה, נפולי, פירנצה, מרסיי, ברצלונה



1-8.6.20 | 8-15.6.20

מחיר גמלאי: **5,265** ש"ח | מחיר נלווה: **6,965** ש"ח

כלכלה: חצי פנסיון (בימי שייט פנסיון מלא)

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחירים הנקובים מתייחסים לחדר חלון פנימי. לשדרוג חדרים נא לפנות לנציגי העמותה

המחיר כולל:
- טיסות סדירות הלוך ושוב (ללא ארוחות)
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתוכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- **דמי שרות חובה בשייט:** דמי שרות לצוות האנייה - 10 € לאדם ליום. בנוסף, ישולמו 15% דמי שרות על רכישות שונות באנייה. דמי השרות מיועדים לנותני השרות באנייה - חדרנים, מנהל חדר האוכל, מלצרים וסייעי מלצרים. תשלומים אלה ישולמו בסיום השייט באנייה עצמה.
- סבלות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע תחת הסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: פרי טורס

מפגש הקבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות: (נתון לשינוי)
הלוך: תל אביב-ברצלונה, ואולינג 08:50-05:10
חזור: ברצלונה-תל אביב, ואולינג 04:20-23:05 (למחרת)

תנאי ביטול:
94-61 יום לפני יום ההפלגה - 40% ממחיר החבילה
60-45 יום לפני יום ההפלגה - 55% ממחיר החבילה
44-21 יום לפני יום ההפלגה - 80% ממחיר החבילה
20 יום לפני יום ההפלגה - 100% ממחיר החבילה
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**





// היכן נבקר

איביזה - סיור פנורמי, הטירה המורית והקתדרלה הגותית, ביקור במוזיאון לאמנות מודרנית. **נאפולי -** הריביירה האמלפיטנית, סורנטו - סיור ברחובות העיירה. **פירנצה/ פיזה (ליבורנו) -** פיזה המגדל הנטוי, פיאצה קאמפו דיי מיראקולי, הקתדראלה ובית הטבילה, שוק המזכרות, אוניברסיטת פיזה, נהר ארנו. **גינואה -** העיר העתיקה, המונומנט לזכרו של קולומבוס, ביתו של קולומבוס. **מרסיי -** סיור פנורמי סביב הנמל העתיק והטיילת הצופה אל שאטו ד'איף. **אקס אן פרובנס -** שדרות מירבו, השוק הפרובנסיאלי המקומי ,כיכר העיריה ומגדל השעון. **ברצלונה -** הרובע הגותי, הקתדראלה של העיר והמקדש הרומאי העתיק, ארמון ממשלת קטאלוניה והארמון המשכן את עירית ברצלונה, הרובע היהודי, סגראדה פאמיליה כנסיית המשפחה הקדושה, הכפר האולימפי והנמל, מדרחוב הרמבלס. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

בטומי, גיאורגיה



צילום: Wojciech Biegun

21-25.6.20 | 14-18.6.20

מחיר גמלאי: **850** ש"ח
מחיר נלווה: **2,550** ש"ח

מלון: *GRAND GLORIA BATUMI 5

כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסת שכר במסלול ת"א-בטומי-ת"א
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי

המחיר אינו כולל:
- **ביטוח נוסעים חובה!** מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה אינו מופיע תחת הסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: השטיח המעופף

מפגש קבוצה יתקיים בבניין ההסתדרות בתל-אביב, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!**
תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
מ-59 יום עד 14 יום לפני היציאה - 25%
מ-14 יום עד 7 ימים לפני היציאה - 50%
מ-7 ימים עד 3 ימים לפני היציאה - 75%
מ-3 ימים ועד ליציאה - 100% דמי ביטול
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**





צילום: Soviet.astronaut

// היכן נבקר

בטומי והסביבה - נסיעה ברכבל אל עבר מצודת התצפית היפהפייה על בטומי וסביבתה עד להר אנוריה. הגנים הבוטניים. **מפלי מקחונצטי -** הרי האג'רה + בית היין. באחד הערבים יציאה למועדון גאורגי הכולל ארוחת ערב גיאורגית טיפוסית + הופעת פולקלור אותנטית מסורתית •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדריך, שינויים בלו"ז הטיסות.

איסלנד

טיול למיטיבי לכת

17-22.6.20
26-31.8.20

מחיר גמלאי: 6,965 ש"ח
מחיר נלווה: 8,665 ש"ח





כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות בינלאומיות במסלול ת"א-הלסינקי-רקיאוויק (ללא ארוחות)
- בתי מלון בדרגת תיירות ראשונה
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתכנית
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- סבלות

המחיר אינו כולל:
- **ביטוח נוסעים חובה!** מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו נכלל בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: כרמל תיירות

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך.
ההשתתפות חובה!
תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות: (נתון לשינוי)
הלוך: תל אביב-הלסינקי, פינאייר 05:45-01:05
הלוך: הלסינקי-רקייאוויק, פינאייר 08:35-07:45
חזור: רקייאוויק-הלסנקי, פינאייר 15:50-09:25
חזור: הלסינקי-תל אביב, פינאייר - 00:15+1-19:50

תנאי ביטול:
מ-59 ימי עבודה עד31 ימי עבודה - 15%
מ-30 ימי עבודה עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד מועד היציאה - 100%
דמי ביטול לאחר כרטוס - מלאים.
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

הלגונה הכחולה, **רייקיאוויק -** בית האופרה, בית העירייה, העיר העתיקה. **"משולש הזהב"** - פארק לאומי ת'ינגוואליר, גייזר. **החופים הדרומיים -** מפלי גולפוס, מפל סקוגאפוס, קרחון סולהייימיוקול, מפל סליאלנסדפוס. **החלק הצפוני -** בורגנס, המפלים השחורים, שמורת ההרים לנדמנלאוגר. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדרך, שינויים בלו"ז הטיסות.

קרואטיה וסלובניה

טיול למיטיבי לכת

3-10.8.20 | 6-13.7.20

מחיר גמלאי: 2,495 ש"ח
מחיר נלווה: 4,195 ש"ח





כלכלה: חצי פנסיון

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- טיסות ישירות של ארקיע הלוך ושוב לליובליאנה
- 7 לילות בבתי מלון בדרגת תיירות ראשונה
- אוטובוס תיירים מרווח
- סיורים וכניסות לאתרים כמפורט
- מדריך מקצועי מצוות ארקיע

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- סבלות
- כל מה שלא נכלל בסעיף "המחיר כולל"

ניתן להזמין מערכת שמע בעלות 15$ לאדם - יש לציין בהזמנה.

החברה המבצעת: ארקיע

מפגש קבוצה יתקיים במשרדי העמותה ברחובות, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!**
תנאי רישום לחו"ל כמפורט בעמודים 4-5.

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה - 50$
מ-30 ימי עבודה עד 21 ימי עבודה - 15%
מ-20 ימי עבודה עד 14 ימי עבודה - 45%
מ-13 ימי עבודה עד 7 ימי עבודה - 70%
מ-6 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה 100%
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

לובליאנה, פטוי, דרך היין, הכפר ג'רוזלם, מאריבור, שמורת פליטויצה. **זאגרב -** העיר העליונה רובע גראדץ, רובע הקפיטול, "שער האבן, ארמון הנשיאות מגדל לוטרשצ'אק", המגדלים התאומים הגותיים. העיר התחתונה - **קומרובץ. כפר הנפחים קרופה** המצוי בין סלובניה לאיטליה, שוק העור טרוויזיו,בובץ, אגם פוזינה, פלניצה. **לובליאנה - נהר הלובליאניצה,** כיכר פרשרן, הגשר המשולש, השוק הססגוני, בית העירייה העתיק, שקופיה לוקה. **מערת פוסטוינה - פיראן. קניון וינטגאר - אגם בלד.** •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדרך, שינויים בלו"ז הטיסות.

אוקראינה

לשומרי מסורת

30.8-3.9.20

מחיר גמלאי: 2,325 ש"ח
מחיר נלווה: 4,025 ש"ח







כלכלה: חצי פנסיון כשר. ארוחות בוקר במלון עם מצרכים מותרים + ארוחות ערב במסעדות כשרות.

סיום הרשמה: כחודש לפני הטיול

המחיר כולל:
- **טיסות ישירות:** נתב"ג-קייב, אודסה-נתב"ג
- בתי מלון בדרגת תיירות 4 כוכבים (2 לילות בקייב + 2 לילות באודסה)
- סיורים, ביקורים וכניסות לאתרים כמפורט בתוכנית.
- אוטובוס תיירים נוח וממוזג
- מדריך ישראלי מקצועי
- אוזניות שמע
- מס עירוני/תיירים
- דמי סבלות ב-2 בתי המלון (מזוודה אחת לאדם)

המחיר אינו כולל:
- ביטוח נוסעים חובה! מומלץ ביטוח ביטול נסיעה
- הוצאות אישיות
- טיפים
- כל מה שאינו מופיע בסעיף "המחיר כולל"

החברה המבצעת: פרי טורס

מפגש קבוצה יתקיים בבנין ההסתדרות בתל אביב, פרטים מדויקים ימסרו בהמשך. **ההשתתפות חובה!** תנאי רישום לחו"ל במפורט בעמודים 4-5.

להלן פרטי הטיסות: (נתון לשינוי)
הלוך: תל אביב-קייב, אייר אוקראינה 8:40-5:30
חזור: אודסה-תל אביב, אייר אוקראינה 00:15-21:30 (ביום המחרת)

תנאי ביטול:
עד 30 ימי עבודה $100 לאדם.
מ-29 עד 14 ימי עבודה - 50% לאדם.
מ-13 עד 8 ימי עבודה לפני היציאה - 70% לאדם
מ-7 ימי עבודה ועד לתאריך היציאה - 100% לאדם
מניין הימים אינו כולל שישי-שבת וערבי חג, אלא ימי עבודה בלבד.
***האחוזים המצוינים הם ממחיר הטיול המלא.**

// היכן נבקר

קייב - אנדרטת סירת המייסדים, שער הזהב, קתדרלת סנט סופיה, מורד אנדרייבסקי, כיכר העצמאות, בניין הפרלמנט ארמון מרינסקי, ארמון בארוקי, הבית עם הכימרות, מנזר המערות, הגבעה הצופה אל הנהר דנייפר, פסל "אמא מולדת", 'באבי יאר', פודול - בית הכנסת בפודול. בניין האקדמיה קייב - מוהילה, לבסרבקה, בית הכנסת כורל של ברודסקי, שוק בסרבקה, פסל שלום עליכם, סיור ערב "אורות קייב" הכולל שייט באוניה בנהר הדנייפר. **אומן -** מרחב הקבר של ר' נחמן מברסלב, 'גן סופיה'. **אודסה -** בית הכנסת ברודסקי, בית העיריה, בית האופרה, מדרחוב דריבאסובסקיה, אתר הקטקומבות התת קרקעיות. •

ימי הטיול וסדר הביקורים עלולים להשתנות בעקבות הסיבות הבאות: מועדים, חגים ואירועים מקומיים, מזג האוויר או שיקול דעת המדרין, שינוי בלו"ז הטיסות.

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: FAX 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il



כיצד ניתן למנוע מנפילות?

על פי נתוני משרד הבריאות משנת 2017, בישראל נופלים כל יום כ-1,000 איש בקרב גילאי 65 שנה ומעלה |

דוריתי כהן, אחות מוסמכת MPA, מורה בגמלאות לגרנטולוגיה בבית הספר לסיעוד

אחד מתוך שלושה אנשים בגיל השלישי נופל לפחות אחת לשנה. הנתון המדאיג יותר הוא שנפילות בגיל זה גורמות לשברים, הפוגעים בעצמות ובאיכות החיים. לכך מתווסף הפחד מנפילה נוספת.

ידוע כי עיקר הנפילות מתרחשות בבית ובסביבתו. אם כן, כיצד ניזהר?

חדרי המגורים - הצמידו שטיחים לרצפה באמצעות מדבקה או הניחו עליהם רהיטים כבדים שיימנעו החלקה. פנו את הריצפה מכבלי טלפון וחשמל, הקפידו על סגירת מגירות וארונות. הימנעו מהנחת חפצים במקומות גבוהים המצריכים שימוש בסולם, ככלל, שימוש בסולם ייעשה תמיד בנוכחות אדם נוסף.

תאורת הבית - האירו את ביתכם בתאורה מתאימה שאינה מסנוורת, חשוב שהמתגים יהיו בהישג יד. הציבו מנורה לצד המיטה והותירו תאורה במהלך הלילה בעיקר בחלל שבין חדר השינה לשירותים.

חדרי הרחצה והשירותים - עדיף מקלחון על פני אמבטיה, השתמשו בכסא פלסטיק יציב. התנגבו היטב טרם היציאה מהמקלחת. אבזרו את המקלחת באביזרי ביטחון: שטיח גומי ברצפת אזור הרחצה וידיות אחיזה. הקפידו שלא לנעול את דלת המקלחת או השירותים מפנים. על פי המלצת משרד הבריאות: סבון נוזלי עדיף על סבון מוצק.

מדרגות - בשימוש במדרגות רצוי לאחוז במעקה. מומלץ להסיר משקפי קריאה ולצמצם את מספר הפריטים שאוחזים בידיים, הימנעו משיחות בטלפון הנייד בירידה או העלייה במדרגות.

אביזרים תומכי הליכה - ככל שהליכתכם אינה יציבה, התייעצו עם גורם רפואי לגבי התאמת האביזר המתאים לשיפור ובטיחות ההליכה.

טיפ
התקינו בביתכם "לחצן מצוקה"!

שומרים על הגוף

תזונה מתאימה ושתייה מספקת מחזקת את העצמות ואת השרירים. תזונה צריכה לכלול סידן, ויטמין d, חלבונים ושתייה, כל זאת בייעוץ הרופא המטפל או תזונאי/ת. עם העלייה בגיל ישנו תהליך של צמצום מסת השרירים (סרקופניה). מחקרים מעידים על כך שפעילות גופנית מאיטה את התהליך. על מנת לשמור על טווח התנועה ובניית עצם וצמצום אוסטאופורוזיס, מומלץ לקיים פעילות גופנית של 30 דקות חמש פעמים בשבוע. בצעו התעמלות המתואמת לגיל השלישי.

ראייה - בגיל השלישי בעיות הראייה שכיחות ובאות לידי ביטוי בצמצום שדה הראייה, סינוור וקושי להסתגל למעברים מחושך לאור ולהיפך. מומלץ להסיר משקפי שמש בכניסה למתחמים סגורים וביציאה להמתין מעט על מנת לאפשר לעין להסתגל לכמות האור. רצוי להיבדק אצל רופא עיניים לפחות אחת לשנתיים.

שמיעה - עצמות השמע עוברות הסתיידות, דבר הגורם לירידה בשמיעה וסיכון לבעיות בשיווי משקל, לכן רצוי בדיקת רופא לפחות אחת לשנתיים.

תרופות ותוספי מזון - בשימוש בתרופות המביאות לתנודות בלחץ הדם, חשוב לבצע מעברים משכיבה לישיבה, מישיבה לעמידה בהדרגתיות. על פי המלצות משרד הבריאות יש לבצע הערכה תרופתית אחת לששה חודשים.

הנזקים השכיחים מנפילות

החשש מנפילה חוזרת מביא לצמצום פעילות, תלות באחרים, ואף לדכאון. חבלות כגון שטפי דם, שפשוף עור, שברים הדורשים טיפול בגבס או ניתוח ואף מוות.

מה מומלץ לעשות אחרי הנפילה?

אם אפשר לקום עצמאית, להתרומם לישיבה באיטיות ובזהירות, לדווח מיידית לקרובי המשפחה ולדווח לרופא המטפל על האירוע. במקרים בהם מתרחשות יותר משתי נפילות בשנה, על רופא המשפחה לבצע בדיקות מקיפות לגילוי גורם התופעה. כאשר לא ניתן לקום באופן עצמאי, יש להזעיק עזרה מהר ככל שניתן. •



"מתוק מאז"

נראה כי קולו הערב של דן כנר מלווה את פסקול חייה של המדינה וכי הוא היה איתנו מאז ומעולם. בראיון ל"הכל זהב" הוא מספר על מסע חייו ועל היכרותו עם פעילות העמותה אותה הוא משבח ומעריך | רונן דמארי

דן כנר (74) נולד בפתח תקווה בשנת 1945, גדל בתל אביב ובהמשך עבר לירושלים. ב-28 השנים האחרונות הוא מתגורר במעלה אדומים, נשוי למלכה ואב לשתי בנות - ענבל וענת.

כאשר אני שואל אותו מתי הבין שהמיקרופון הוא חלק בלתי נפרד מחייו הוא משיב: "למען האמת מעולם לא חשבתי על זה, אבל כשהייתי בן 17 הייתי מאזין נלהב לרדיו והייתה תוכנית שנקראת 'בילוי נעים' ששודרה בתחנה, שנקראה באותם ימים 'הגל הקל' היום זו רשת ב'. במסגרת התוכנית הזו בילו עם מאזין בכמה מקומות שהוא רצה להיות בהם ואני חשבתי לעצמי שלא יהיה רע להיות פעם אחת ברדיו ולמחרת להיות גיבור ליום אחד בבית הספר. אז כתבתי להם מכתב וביקשתי לטוס במטוס, להיות בצוללת ואחת הבקשות שלי הייתה להיות בחוג התנ"ך של בן גוריון. נראה שבעיני המנהלים והעורכים של התוכנית זה מאוד מצא חן, בחור צעיר רוצה להיות בחוג לתנ"ך והם הזמינו אותי אליהם. כשנפגשנו אמרתי שאני רוצה לקרוא חדשות רק בשביל הקטע".

- איך הם הגיבו?

"אמרו לי 'אתה רק בן 18 ועוד לא עשית שום קורס, אבל בוא ניקח אותך למבחן קול בגלי צה"ל כי אתה עומד להתגייס'. באותם ימים קריינות הייתה מקצוע מאוד מבוקש ונערץ, והקהל הצעיר היה סקרן לדעת איך הולכת בחינת קול. ברגע שאמרו לי שיש לך קול טוב, נכנס לי החיידק הזה לראש. עפתי מקורס מ"כים שבוע לפני סיומו ואז הגעתי לגלי צה"ל, משם לקול ישראל ומשם כעבודה צדדית לטלוויזיה. באותם שנים הגשתי הגשת רצף בין הקטעים, ערכתי והגשתי חדשות לילה ומבזקים והגשתי תוכנית לנוער בשם "עלם ועל - מה", הייתי גם קבוע בנקודת המטמון בתוכנית 'מחפשים את המטמון'", ברגע שאמרו לי 'יש לך קול טוב' נכנס לי הג'וק לראש והקריירה נפתחה".

- לאן הקריירה הובילה אותך בימים אלו?

"היום אני קריין חדשות בכיר בתאגיד השידור החדש "כאן" ומגיש תוכנית בכל שבת, שבעבר נקראה 'צפיחית בדבש' ברשת גימ"ל ומאז שעברנו לרשת ב' היא נקראת 'מתוק מאז'. יש לי מופע שנקרא 'מתוק מדבש' עם שני זמרים ושתי זמרות וששה נגנים, אני מנחה טקסים ממלכתיים ופרטיים באירועים שונים. הגשמתי חלום חיים והקלטתי את כל התנ"ך מתחילתו ועד סופו, ועל כך קיבלתי את פרס היצירה הציונית משרת התרבות".

- ספר אנקדוטה על חייך שהקוראים פחות מכירים

"נולדתי ב-4 בדצמבר 1945, היה לי אח שנפטר מסרטן לפני 25 שנים וקראו לו יורם ז"ל. מכיוון שהוא נולד במהלך המלחמה אבא שלי אמר 'אלוהים גדול' והחליט לקרוא לו כך על משקל אל - רם. אני נולדתי אחרי המלחמה ואבי אמר 'אלוהים דן את כל העולם לשבט ולחסד ולרחמים' והחליט לקרוא לי דן. אחי הצעיר נולד אחרי קום המדינה והוא קרא לו מיכה כהלל - 'מי כמוך באלים ה'. יומיים לפני שנולדתי קמה חברת האוטובוסים דן ואבי כתב להם מכתב וציין בו שקרא לבנו על שמם. הם אמרו לו תודה וכשהייתי בן 25 וכבר הייתי כוכב טלוויזיה, הזמינו אותי למסיבת חצי היובל של החברה וקיבלתי כרטיס נסיעה בחינם לשנה. אגב, לא מימשתי אותו בכלל כיוון שאני התגוררתי בירושלים אבל נתתי אותו, באישור החברה, לאמא שלי התל אביבית שהיא כן מימשה אותו ונסעה חינם באוטובוסים במשך שנה".

- איך נוצר הקשר שלך עם עמותת גמלאי המדינה?

"למעשה אני גמלאי כבר שבע שנים ובאופן טבעי התחלתי לבדוק מה יש עבור גמלאים, אם כי פעילות גמלאית של ממש אני לא צריך כי אני ממשיך לעבוד בחצי משרה ולהנחות. ואז ראיתי שיש קרן לרווחת הגמלאים בפנסיה תקציבית ומכיוון שאני בין האחרונים שקיבלו את הפנסיה הזו וראיתי שהקרן עושה רבות למען הגמלאים התלהבתי מאוד מהחוברת, מההרצאות, מהנופשונים בארץ, מהפינוקים והחלטתי לקום ולעשות מעשה - נרשמתי עם אשתי שאינה גמלאית של המדינה לטיול מאורגן ביפן. האמת היא שמאוד חששתי כי מעולם לא הייתי בטיול מאורגן אבל הייתה חברה נעימה, טיול למופת עם חברת 'פגסוס' וגם המדריך והמלווה היו מצוינים והיה ממש מצוין. בהמשך נקראתי להשתתף בכנס גמלאי המדינה בפנסיה תקציבית וגם הנחיתי שני ערבים. מעבר לכך שנהניתי מאוד בכנס, ראיתי מה מציעים לגמלאים במשך ימי הכנס וזה ממש פינוק אמיתי לאנשים מבוגרים".

- אתה רואה הבדלים בין גמלאי המדינה בפנסיה תקציבית ובין גמלאים שאינם כאלו?

"כגמלאי רגיל לא ראיתי מה מוצע לי מעבר לדברים הרגילים כמו כרטיס אזרח ותיק, אבל כשיש לך פעילויות ייעודיות שמוצעות לגמלאים והן זולות ומפתות מאוד, בהחלט אני רואה שנפתחים אופקים חדשים לגמלאים. אני מניח שיש גמלאים שנהנים יותר ממני מההיצע הזה כי לא כל אחד ממשיך לעבוד והקרן מציעה להם אפשרות למלא את חייהם בתוכן ובעיסוק. אני מברך על כך כשאני מסתכל בעיניים של גמלאי".

- כיצד התרשמת מצוות העמותה והמנכ"ל עו"ד אהוד סרפיאן?

"ראיתי את האנשים הפעילים שהם לא רק סימפטיים אלא גם מלאי רצון לשפר, להוסיף, לחשוב על דברים חדשים בגישה שלהם לגמלאים גם בכנס לאילת וגם בטיול ליפן שהיה טיול של 14 ימים ועל רמה, כך שבהחלט היה אפשר להתרשם. מהרגע שהכרתי את אהוד סרפיאן גיליתי אדם מאיר פנים, סימפטי מאוד, אתה מגלה אדם פעיל ביותר למען הגמלאים עם פעילות נמרצת, הוא מקדיש את כל זמנו לעניין הזה, מחדש, חושב אלו עוד אירועים ניתן להוסיף וזה בהחלט עורר את התפעלותי והערכתי".

- מהן השאיפות שלך להמשך הקריירה?

"אני מודה שאני עצלן מחשבתית ואני לא חושב יותר מדי קדימה, אולי משום שהחיים שלי מלאים פעילות ואני ממשיך לעבוד יום יום. תמיד אני עושה משהו פרטי או משהו דרך העבודה ואני לא חושב מה יהיה כשאני לא אעבוד. אני לפחות יודע דבר אחד - שכשלא יהיה לי מה לעשות יש לי את הפעילויות של הקרן, טוב לדעת שזה קיים ושלא תישאר בודד בעולם ולא משועמם".

- היום מזהים אותך ברחוב?

"פחות, אל תשכח שלא הייתי בטלוויזיה אף פעם, אבל את הקול שלי מזהים כשאני מדבר אומרים לי 'וואי זה אתה, אני מזהה את הקול שלך'. בעבר היו לי המון מעריצות, אני מניח שגם היום אבל זה סוג אחר של הערצה. לא מדובר בצעירות שקורעות בגדים ולא נותנות לי לצאת, היום מגיעות אליי נשים צעירות ואני כולי זורח. הן אומרות 'כמה שאמא שלי מעריצה אותך' ואני אומר להן 'רגע, זה יפה שאמא מעריצה אבל מה אתך?' הדור משתנה, אני חושב שגם זו שבאה אליי מאוד מעריכה אותי ואוהבת אותי אחרת היא לא הייתה מגיעה למופע שלי וניגשת להצטלם איתי אחריו אז זה סוג אחר של אהדה או הבעת הערכה כך שאין לי על מה להצטער בכלל. עובדה שהתוכנית שלי עם רייטינג ענק, היא תוכנית המוזיקה המושמעת ביותר בשבת והמופע שלי תמיד מפוצץ אז אין לי על מה להתלונן, יש לי קהל אוהב ואוהד".

- לסיום, כמי שמורגל להתבטא בעברית תקנית ביותר, מה דעתך על האופן שבו מתבטא הדור הצעיר בשנת 2019?

"נתחיל מהסוף - אני לא מאלו שמקוננים או חושבים שהמצב נורא ולא תשמע אותי אומר 'אוי, איך שהנוער מדבר, או איך מדברים היום, ביזוי השפה וכו', אבל גם בגלל עברי שנמשך עד היום כקריין מקצועי שגדל על העברית הממלכתית והטקסית של קול ישראל, לאוזניי כואב כשאני שומע את העברית של היום. אני לא מקונן עליה כי זו דרכה של שפה שהיא תמיד מתחדשת ומשתנה עם הדורות, אבל האוזניים שלי היו שמחות לשמוע את המילים שאני מכיר. יש מילים היום שלצערי אני לא יכול לחלוק עם הדור הצעיר. אני חושב שהדור הצעיר לא מדבר כמוני אבל הוא כן מעריך.

היום הרבה מהמילים הישנות נעלמו לי, חבל אבל אני לא בא בטרוניות. יש לדור הצעיר מושגים חדשים שאני איני יודע. מה שכן, אני כן בוכה על תופעת ה'אינגלוז' וה'אמריקאניות' שנכנסו לשפה ושמשתמשים יותר מדי במילים לועזיות שלא לצורך. אני למשל מתעקש להגיש מסרונים ולא הודעות אס אם אס ויישומון במקום אפליקציה, אבל זו השריטה שלי". ●

> "לאוזניי כואב כשאני שומע את העברית של היום. אני לא מקונן עליה כי זו דרכה של שפה שהיא תמיד מתחדשת ומשתנה עם הדורות, אבל האוזניים שלי היו שמחות לשמוע את המילים שאני מכיר"

> "נקראתי להשתתף בכנס גמלאי המדינה בפנסיה תקציבית וגם הנחיתי שני ערבים. מעבר לכך שנהניתי מאוד בכנס, ראיתי מה מציעים לגמלאים במשך ימי הכנס וזה ממש פינוק אמיתי לאנשים מבוגרים"



המדיה קוראת לכם

המהפכה הטכנולוגית אינה פוסחת גם על האוכלוסייה המבוגרת שנחשפת ליתרונות השימוש בפלאיה. אז איך מתגברים על הקשיים שבדרך? איך מתחברים לעולם הגדול בלי לקום מהכורסה? ולמה בכלל צריך את זה?

ד"ר מיכל איזקסון, החוג לגרונטולוגיה, מדעי הזיקנה, אוניברסיטת חיפה

טכנולוגיה. אפשר לאהוב אותה, אפשר לשנוא אותה, אבל מה שבטוח, אי-אפשר להתעלם ממנה. בעשורים האחרונים אנו עדים לתמורות רבות בכל אורחות החיים כתוצאה משינויים טכנולוגיים. מעקב אחרי הבריאות, דרכי התקשורת עם משפחה וחברים, הדרך שבה אנו עורכים קניות והדרכים שבהן אנחנו מתעדכנים בחדשות - כל אלו מושפעים מפיתוחים טכנולוגיים, שרק לפני עשור או שניים היו כמעט בגדר מדע בדיוני. בניגוד למה שהיה אפשר לחשוב, דווקא צרכנים מבוגרים, מעל גיל 65, הם קבוצה מובילה ברכישת מוצרי טכנולוגיה מסוימים. גם בסוגי טכנולוגיות, כגון טלפונים חכמים ושימוש במדיה חברתית, שאנשים מעל גיל 65 היו מתעכבים באימוצם ביחס לקבוצות גיל צעירות יותר, אנחנו עדים, בשנים האחרונות, לגידול משמעותי בשיעורי השימוש בהם. לעולם הטכנולוגי יש הרבה מה להציע בכל שלבי החיים, בעיקר לעת זיקנה וחבל שאוכלוסייה מבוגרת לא תהנה מאותם יתרונות שיש לעולם הזה להציע. אז איך אפשר בכל זאת לקפוץ על העגלה ולא לעמוד בצד ולראות אותה דוהרת עמוסה באנשים צעירים יותר?

הצורך באימוץ הטכנולוגיה

אתם רוצים טכנולוגיה, גם אם אתם חושבים שאתם לא צריכים אותה אחת השיחות שאני מנהלת שוב ושוב עם אנשים מבוגרים סובבת סביב הצורך שבאימוץ טכנולוגיה. זה יכול להיות ביחס לכל דבר, החל בטלפון חכם, דרך הצטרפות לרשת חברתית וכלה בשואב רובוטי. אותה שיחה חוזרת שוב ושוב כל פעם בהקשר של טכנולוגיה אחרת. "למה אני צריך את זה"? הם שואלים ואני מתקשה לענות. צודקים, בדרך כלל הם לא באמת צריכים את הטכנולוגיה. כבר 50 שנה שהם שוטפים רצפה עם דלי וסמרטוט ואפשר להמשיך בלי שינוי. אבל יש הרבה טכנולוגיות, שברגע שמשתמשים בהן, מגלים מהר מאוד שיש הרבה סיבות לרצות להשתמש בהן. באמצעות שימוש בטכנולוגיות אנחנו יכולים להיות יעילים יותר, בריאים יותר, מקושרים יותר ואולי (ממש רק אולי) גם מאושרים יותר. אנחנו מוקפים בדברים שאנחנו לא צריכים, אבל רבים מהם משמשים אותנו יום יום.

כאשר אנשים מעל גיל 65 חוצים את המחסומים ומאמצים טכנולוגיה, הם נוטים להשתמש בה באינטנסיביות גבוהה.

כדוגמה בואו נחשוב על טלפון חכם. זו דוגמה מצוינת לדבר שלא 'צריך'. הסתדרתם עד כה מצוין בלי זה ואין סיבה שכך זה לא יימשך. אתם לא צריכים לראות את התמונות של הנכדים בווטסאפ המשפחתי, אבל אנשים רבים ישמחו לראות את התמונות בזמן אמת ולהיות חלק מהשיח המשפחתי המתנהל לאורך היום. לא צריך את הטלפון החכם בשביל להזמין מונית, אפשר להרים טלפון לתחנת המוניות הקרובה, אבל האין זה פשוט יותר להיכנס לאפליקציה ולהזמין מונית בלי שאתם תלויים בפניותו של הסדרן? אחד הדברים שאנחנו רואים בבירור הוא, שכאשר אנשים מעל גיל 65 חוצים את המחסומים ומאמצים טכנולוגיה, הם נוטים להשתמש בה באינטנסיביות גבוהה. לדוגמה, בעוד ששיעור האנשים מעל גיל 65 שמשתמשים באינטרנט הוא נמוך יותר מאשר בקבוצות גיל צעירות יותר, אותם אלה שכן משתמשים באינטרנט עושים זאת בתדירות גבוהה וכ-75 אחוז מהם מתחברים לרשת מידי יום. הבנה של המניע שמאחורי הרצון לשלב טכנולוגיה חדשה בחיינו חשובה כדי לייצר את המוטיבציה, בזכותה כבר נצליח לייצר את ה'איך'. בדרך כלל, ניתן למצוא פתרונות לכל הדברים הנראים לנו כמחסומים בינינו לבין אותה טכנולוגיה.

טיפ: שאלו את עצמכם ואת מי שמציג לכם טכנולוגיה חדשה למה הוא חושב שאתם רוצים את הטכנולוגיה הזאת ולא למה אתם צריכים אותה

פחד

אין דבר משתק יותר מפחד ולעתים, אין דבר מפחיד יותר מהלא מוכר. שימוש בטכנולוגיה חדשה דורש התנסות בדברים חדשים, לימוד דרכי חשיבה חדשות והתהליך עשוי להיות מפחיד. רבים חוששים שיקלקלו את המכשיר או את המחשב על ידי שימוש לא נכון וחשש כזה עלול בהחלט להרתיע. אחד ההבדלים בין משתמשים צעירים למבוגרים הוא, שבמקרים של חוסר ידיעה וחוסר הכרה של טכנולוגיה, משתמשים צעירים פחות חוששים להתנסות בה. כולנו ראינו איך ילדים שעוד לא הולכים לבית הספר ואינם יודעים קרוא וכתוב מסוגלים להשתמש בטכנולוגיות מורכבות, כמו מחשב וטלפון חכם. הסוד שלהם הוא בכך, שהם לא מפחדים להתנסות והם מאפשרים לעצמם להיות סקרנים. ניסוי וטעייה היא הדרך הטובה ביותר 'לפצח' טכנולוגיה חדשה וללמוד איך אפשר להשתמש בה.

עצות שימושיות

אז מה אפשר לעשות על מנת להתגבר על החשש מטכנולוגיה חדשה? להלן מספר עצות שעשויות להקל ולסייע:

דאגו להדרכה מתאימה: אנחנו מוקפים במשאבים של ידע והדרכה אותם ניתן לנצל על מנת ללמוד איך להשתמש בטכנולוגיות חדשות או להעמיק את ההבנה ולהגביר את תחושת הנוחות, שאנו חשים עם טכנולוגיות שבהן אנחנו כבר משתמשים. בררו במתנ"ס או במועדון הקרוב לביתכם. פעמים רבות, ארגונים אלו מפעילים קורסים ללימוד טכנולוגיות, כגון שימושי מחשב או טלפון חכם. אם אתם מעדיפים ללמוד בשיעור פרטי, יש חברות שישלחו אליכם מורה הביתה, שילמד אתכם וילווה אתכם בקצב שלכם.

הסתכלו סביבכם, אולי המורה הפרטי המתאים

טיפ:
מוצרים רבים כבר אינם מגיעים עם חוברת הדרכה מודפסת. את חוברת ההדרכה המודפסת מחליפה גרסה אלקטרונית של חוברת הדרכה או הפניה למסמך ששמור באתר האינטרנט של החברה. את החוברות או את המסמכים הללו ניתן להדפיס כך שיהיה נוח יותר להיעזר בהם. גשו לחנות המתמחה בסיוע משרדי שם תוכלו להדפיס את החוברת ואפילו לכרוך אותה במידת הצורך

בניגוד למה שהיה אפשר לחשוב, דווקא צרכנים מבוגרים, מעל גיל 65, הם קבוצה מובילה ברכישת מוצרי טכנולוגיה מסוימים



ביותר נמצא מתחת לאף. אולי היא הבת של השכנים או הסטודנט בדירה מול. קרוב לוודאי, שאתם מוקפים באנשים שישמחו לעזור בתמורה לתשלום כספי או תמורת עוגיות ביתיות. אחד השידוכים הטובים שעשיתי היה בין סטודנט טוב לב ונמרץ לבין סבתא של חברה. חודשים רבים הם נפגשו, הוא לימד אותה איך להשתמש במחשב, היא נהנתה ממורה מקסים ואדיב ולו התשלום עזר במימון הלימודים. כשאתם רוכשים מוצר חדש בררו איזו תמיכה מספקת החברה שמוכרת לכם את המוצר. חברות רבות כוללות ביקור של טכנאי בבית או מציעות ביקור כזה בתוספת תשלום. זו השקעה כדאית שתעזור למצות את המרב מהטכנולוגיה החדשה שרכשתם.

טיפ:
מחשבי טאבלט יכולים להיות פשוטים יותר לשימוש והם פתרון מצוין לקריאה ולכתיבה של מייל וגלישה באתרי אינטרנט

על מנת להפיג חששות, נסו לשאול מה אסור לעשות עם המכשיר או מה עלול לשבש את הפעילות שלו באופן כזה שיהיה קשה לתקנו. אתם תופתעו לגלות עד כמה המכשיר שקניתם עמיד וכמה מאמץ דרוש בשביל לקלקל אותו באמת.

התנסות ותרגול: לאחר שביררתם מה ממש אסור לעשות, זה הזמן לניסוי וטעייה. טכנולוגיה טובה מתוכננת כך שהיא תהיה סלחנית כלפי טעויות. נסו ותרגלו כמה שיותר. כשטכנולוגיה היא חדשה אל תתנו ליום לעבור בלי שהשתמשתם בה, כך הוראות השימוש לא יישכחו. שימוש יום-יומי יעזור לכם לרכוש ביטחון ויגרום לכך, שהפעולות הדרושות לשימוש בטכנולוגיה ייהפכו עבורכם לטבע שני.

זכרו שהמוצר שרכשתם נועד לשרת אתכם: אתם קהל יעד חשוב. מי שתכנן את המוצר אמור היה לדאוג לממשק משתמש נוח ושמיש למגוון אוכלוסיות. אם אתם מתקשים להשתמש במוצר חדש, זכרו שהדופי נמצא במוצר ולא בכם. אתם לא צריכים להתנצל או להרגיש פחות מסוגלים או חכמים. מוצרים צריכים לשמש אתכם ולהיות מתוכננים עבורכם ולא ההיפך. אם הממשק לא נוח, הגופנים של הטקסט קטנים מדי, הכפתורים מסורבלים או כל בעיית ממשק אחרת, חשוב שתשמיעו את קולכם. הקול שלכם חשוב על מנת לשפר גרסאות עתידיות של המוצר והשמעתו עוזרת למפתחים להישאר קשובים לצרכים של אוכלוסיות מגוונות.

לא חייבים להשתמש בכל סוגי הטכנולוגיה – בחרו טכנולוגיה מתאימה לצרכים שלכם: במקרים רבים יש מספר טכנולוגיות שניתן להשתמש בהן על מנת להשיג את אותה תוצאה. קחו, כדוגמה, תקשורת באמצאות אימייל או בקצרה, מייל. אפשר לקרוא מייל במחשב שולחני או נייד, באמצעות טלפון חכם או באמצעות מחשב לוח (טאבלט) יש אנשים המשתמשים במחשב שולחני, הם מוצאים שהמקלדת המוכרת, המסך הגדול וסביבת העבודה הגמישה של המחשב נוחים וטובים עבורם. אחרים מתקשים להשתמש במחשב שולחני. עבורם השימוש במחשב מסורבל דורש מיומנויות שטרם רכשו. ייתכן שמחשב לוח, כזה שמוגבל בשימושים שלו ביחס למחשב שולחני, דווקא יכול להיות ממשק קל יותר לתפעול ובכך, מתאים יותר בשביל משתמש שרק רוצה לקרוא ולכתוב מייל. כשאתם רוצים להשתמש בטכנולוגיה חדשה בררו היטב אילו חלופות קיימות. כך תוכלו לבחור את החלופה המתאימה ביותר עבורכם. שימו לב לעלויות שיש לחלופות השונות, מרכיב התקציב יכול להיות גורם חשוב ומכריע.

לסיכום: העתיד כבר כאן וכולנו זוכים להיות חלק ממנו. זכרו שאתם משתמשים חשובים, (גם) בשבילכם נברא עולם הטכנולוגיה ויש הרבה תועלת שניתן להפיק ממנו. אז קדימה לעבודה – המקלדת קוראת לכם!

*** Selfie - הוא דיוקן עצמי מצולם. לרוב הוא מצולם באמצעות טלפון סלולרי. הצילום מתבצע כאשר המצלם אוחז במצלמה או באמצעות צילום מראה.** •

> אירועים בארץ









עמותת גמלאי המדינה יחד עם תושבי עוטף עזה

בתאריך 1.12.19 יצאו מאות גמלאי העמותה מכל רחבי הארץ לתמוך, לחזק ולעודד את תושבי עוטף עזה. הגמלאים טיילו באנדרטת החץ השחור, מושב נתיב העשרה, קיבוץ אלומים וקיבוץ יד מרדכי. ערכו קניות בשוק שדרות ואף נפגשו עם ראש העיר מר אלון דוידי, שהביע הערכתו למנכ"ל העמותה, עו"ד אהוד סרפיאן על היוזמה ולגמלאים על שהגיעו.




החווייה הקולינרית


החווייה האתיופית


כנס מנהיגות


החווייה הכורדית


תנה לסלאו


חמת גדר

טיולים בחו"ל >


מרוקו


הודו



איסלנד


איסלנד


באקו


סלוניקי


סיציליה


קורפו


יפן


דרום אפריקה





קנדה


סוצ'י



בודפשט

טופס רישום לפעילות

אני החתום/ה מטה מצהיר/ה כי אני מבקש/ת להצטרף אל הזכאים לקבל את שרותי הקרן לרווחת גמלאי המדינה שבפנסיה תקציבית, ע.ר. 58-05456-14 , מאשר/ת להעביר לקרן כל נתון ופרטים אודותיי, בהתאם לחוק הגנת הפרטיות תשמ"א 1981 . הנני מסכים לקבל חומר פרסומי. הבקשה בתוקף עד למתן הודעה אחרת ממני ובכתב .

שם משפחה:			שם פרטי:	
תעודת זהות:		מין: זכר/נקבה	תאריך לידה: _____/_____/_____	
כתובת:	עיר:	רחוב:		מס:
	ת.ד.:		מיקוד:	
טלפון:	בית:		נייד:	
דוא"ל:				
מקום עבודה לפני פרישה:			תאריך פרישה_____/_____/_____	
שם האירוע:			תאריך האירוע:	

	שם משפחה ושם פרטי	תעודת זהות	טלפון:	מחיר
גמלאי / נלווה / שארים				
גמלאי / נלווה / שארים				

תשלום עבור פעילות/אירוע * יש להקפיד על רישום מלא פרטי האשראי. טופס שלא ימולא כראוי לא יאושר

שם בעל הכרטיס: _____ מספר כרטיס אשראי: _____-_____-_____-_____

ת.ז. בעל הכרטיס: _____ תוקף הכרטיס: ____/____ שלוש ספרות בגב הכרטיס: ___ ___ ___

סה"כ לתשלום: _____ ₪ מספר תשלומים (עד 3 תשלומים): _____

תאריך:_____ חתימת המשלם: _____

שם בעל הכרטיס: _____ מספר כרטיס אשראי: _____-_____-_____-_____

ת.ז. בעל הכרטיס: _____ תוקף הכרטיס: ____/____ שלוש ספרות בגב הכרטיס: ___ ___ ___

סה"כ לתשלום: _____ ₪ מספר תשלומים (עד 3 תשלומים): _____

תאריך:_____ חתימת המשלם: _____

*לרישום ראשוני לעמותה יש לצרף תלוש פנסיה *בהזמנות לחו"ל חובה לצרף צילום דרכון עם ציון שם היעד

*למען הסר ספק, העמותה אינה נושאת באחריות כלשהי לציוד אישי שאבד/ניזוק * הרישום לפעילות/אירוע על בסיס מקום פנוי

כתובתנו: רח' פרופ' הלל וחנן אופנהיימר 10, קומה 2, מיקוד: 7670110 | טל': 08-9161002, פקס: 08-9161004 מייל: gimlaim@a-gam.co.il

מוקד אנוש
שירותי סיוע, רפואה ומידע

הקרן לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית
כוחנו באחדותנו

הקרן לגמלאי המדינה גאה להציג
לחצן מצוקה ושירות רפואי במחיר מסובסד של 15 ₪ לחודש
התקנה בבית הלקוח חינם

אנו **בקרן ל"גמלאי המדינה בפנסיה תקציבית"** שוקדים כל העת על מנת לדאוג לכל חברינו. בד ובד עם פעילויות רבות ומגוונות החלטנו לפנות אליכם - **גמלאים יקרים שלנו** ולהציע לכם את תוכנית השירותים של **חברת מוקד אנוש** ייחודית ומסובסדת ע"י הקרן אשר תעניק לך את העצמאות והביטחון להמשיך לחיות בביתך.



גמלאי המדינה מצטרפים לתוכנית **"נשארים לגור בבית בטוח ומוגן"** ומקבלים:

חיבור למוקד מאויש 24/7 המנוי מחובר למוקד **חברת מוקד אנוש** הממוחשב ומאויש על ידי צוות מנוסה, אשר מעניק שירות 24 שעות ביממה כל ימות השנה.



הזמנת רופא עד הבית - בהשתתפות עצמית של 25 ₪ בלבד לביקור
קישור לייעוץ רפואי טלפוני עם רופא - ללא תשלום
פינוי באמבולנס רגיל/ נט"ן בהחזר - באישור רופא ההסדר מבית הלקוח.
הפניה למיון - במידת הצורך באישור רופא ההסדר



מכשיר קריאה חכם המחובר על קו הטלפון בנוסף ללחצן אלחוטי עמיד במים, המאפשר דיבור ושמיעה עם המוקד מכל מקום בבית.



חיבור למוקד באמצעות אפליקציה - באמצעות הטלפון הנייד לעזרה ואיתור מיקום מכל מקום בארץ (GPS).
שירותי חרום בטחוניים - משטרה, מכבי אש ועוד.
איתור בחרום ובשגרה - שכנים, קרובי משפחה, אנשי קשר ועוד

שירותים לבית - הזמנת בעלי מקצוע בתשלום מוזל לנותן השירות **מוקד אוזן קשבת**



* השירותים כפופים לכתב השירות. ט.ל.ח.

להצטרפות וקבלת פרטים נוספים 1-700-700-113

או השאירו פרטים ונחזור אליכם בהקדם בכתובת האינטרנט

www.mokedenosh.co.il/GM

*הקרן לגמלאי המדינה בפנסיה תקציבית אינה אחראית על השירותים המוצעים בעלון זה.

הקרן לגמלאי המדינה
בפנסיה תקציבית

שמורת גמלאי המדינה
מזמינה אתכם
להשתתף בחגיגת מימונה

תרבחו ותסמנו

16.4.20, יום ה', 17:30

חפלה עם להקת "מרקש מקספרס" וארוחת ערב

מחיר גמלאי: 85 ש"ח
מחיר נלווה: 185 ש"ח





אולמי קולוניה, רח' מנחם בגין, רחובות

איסוף: קריות, חיפה, פרדס חנה, חדרה, נתניה, ירושלים, תל אביב, חולון, בת ים, אשקלון, באר שבע

הרישום לפעילות על בסיס מקום פנוי | לפרטים: 08-9161002 | להרשמה: FAX 08-9161004 | gimlaim@a-gam.co.il