План заходів на листопад 2026року
ЧОБЄФ «Хесед Дорот»

Дата заходу	Назва події	Стислий опис	Цільова аудиторія заходу	Запланована кіл-ть учасників	Місце проведення
01.11.2026 08.11.2026 15.11.2026 22.11.2026	Комплексні заняття	Освітні заняття з історії та традицій євр. народу. Відвідування розважальної локації у місті. AJT teens – «Онлайн - гра»	«AJTJUNIOR»/ «AJT TEENS» «Центр раннього розвитку дитини"	15	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу/Сохнуту/ локації по місту
02.11.2026 05.11.2026 12.11.2026 16.11.2026 19.11.2026 26.11.2026 30.11.2026	Практичний тренінг: зустріч із психологом	Заняття щодо покращення стресостійкості, подолання тривоги та страху, покращення комунікативних навичок, управління емоціями	Учасники проєкту "Давай підключимось"	20	Онлайн
03.11.2026 04.11.2026 05.11.2026 10.11.2026 11.11.2026 12.11.2026 17.11.2026 18.11.2026 19.11.2026 24.11.2026 25.11.2026 26.11.2026	Заняття трьох груп інноваційного проєкту «Хібуки - терапія» для жінок 60+	Групові заняття, які спрямовані на зниження рівня тривожності, психоемоційну стабілізацію та подолання відчуття самотності у жінок старшого віку. Через методологію Хібуки-терапії, елементи арт-терапії та тілесні практики учасниці відновлюють внутрішній ресурс, опановують техніки самодопомоги та формують підтримуючу спільноту.	Учасниці програми "Клуб"	20	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
03.11.2026 04.11.2026 10.11.2026 11.11.2026 17.11.2026	Практичний тренінг: зустріч із реабілітологом	Профілактичні та реабілітаційні заходи щодо підтримки активного способу життя	Учасники проєкту "Давай підключимось"	20	Онлайн

18.11.2026 24.11.2026 25.11.2026					
03.11.2026 10.11.2026 17.11.2026 24.11.2026	Репетиція ансамблю «Нешама»	Розучування партій по голосах, індивідуальна робота та звукозапис пісні «Адон Олам». Опрацювання нового музичного матеріалу - пісні «Янкеле». Підготовка репертуару до свята Ханука - вивчення пісні «Пончики». Робота над текстом і мелодією пісні «Тфіла» (зокрема робота з другими голосами)	Учасниці «Нешама»	7	Онлайн
03.11.2026 04.11.2026 10.11.2026 11.11.2026 17.11.2026 18.11.2026	Гімнастика сидячи	Комплекс простих вправ для суглобів, дихання та розтяжки, які можна виконувати, сидячи на стільці	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
03.11.2026 11.11.2026 17.11.2026	День іменинника. Привітання	Привітання іменинників піснями, віршами, побажаннями	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
03.11.2026 04.11.2026 11.11.2026	Зустріч з психологом	Місяць Кіслев – місяць світла, надії та внутрішньої сили	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
03.11.2026 04.11.2026 18.11.2026	Проект «Шаббат шалом»	Метою проекту є виготовлення елементів Шабатньої атрибутики власноруч. Творчий процес допомагає учасникам розкривати свої таланти, підтримувати активність, розвивати дрібну моторику та відчувати себе частиною великої громади	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
03.11.2026 11.11.2026 17.11.2026	Ігротека. Час спогадів	Настільні ігри – шахи, лото, гра «Єврейське містечко». Розповідь учасників клубу про цікаві подорожі у їхньому житті	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
04.11.2026	Клубний захід «Музична подорож»	Разом з учасниками подорожуємо онлайн по концертних майданчиках різних країн, де звучать єврейські мотиви	Учасники програми "Клуб"	20	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу
05.11.2026	Зустріч клубу	Спілкування, командна взаємодія та цікаві активності. Підготовка до онлайн – гри	«AJT TEENS»	8	Офлайн м. Черкаси,

					приміщення Хеседу
05.11.2026	«Відчуй. Створи. Розквітни»	Головна ідея – поєднати турботу про емоційний стан із творчістю, жіночою підтримкою та відчуттям спільноти	«Жіночий клуб»	16	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу
05.11.2026	Виставка «Соняшників» в Художньому музеї	Відвідування відкриття виставки «Соняшники». До створення однієї з композицій виставки приєдналися учасниці «Жіночого клубу»	«Жіночий клуб»	17	Офлайн «Художній музей»
06.11.2026	Кулінарний майстер-клас «Кухня єврейської сім'ї»	Кожен приносить або розповідає про страву, яка асоціюється з його родиною. А потім - спільно готуємо щось просте за єврейським рецептом. Можна навіть зробити «Сімейну книгу рецептів Сімейного клубу»	Учасники програми «Сімейний клуб»	15	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу
06.11.2026 13.11.2026 20.11.2026 27.11.2026	Лекція на єврейську тематику: "Подорож Торою"	Розповідь про недільні розділи Тори та коментарі до них	Учасники проєкту "Давай підключимось"	50	онлайн
06.11.2026 13.11.2026 20.11.2026 27.11.2026	Зустріч Шабату	Шабатні молитви, благословення, псалми та піюти	Учасники проєкту "Давай підключимось"	50	Онлайн
06.10.2026 13.10.2026 20.11.2026 27.11.2026	Святкова зустріч Шаббату	Літургія, благословення дітей, молитви за мир, здоров'я. Кідуш, преломлення хал, святкове пригощення стравами єврейської кухні	Учасники програми "Сімейний клуб", «Клуб» та «Центр раннього розвитку дитини»	20	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу
06.11.2026 20.11.2026	Церемонія Кабалат Шабат. Освітні заняття/майстер класи	Кабалат Шабат у підлітковому клубі: спільна зустріч Шабату в п'ятницю ввечері. (Пісні, символи та короткі обговорення) Мета — створити теплу атмосферу єдності й відпочинку від буднів	«AJT TEENS»	8	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
09.11.2026 23.11.2026	Конференція: "Життя, віра та традиції єврейського народу"	Бесіди про звичаї та традиції тисячолітньої історії єврейського народу. Віра в єдиного Бога, Тора, заповіді та світське життя	Учасники проєкту "Давай підключимось"	20	онлайн
10.11.2026	Репетиція учасників	Підготовка вистави до свята Ханука: розподілення ролей розучування	Учасники	12	Офлайн

	театрального гуртка	текстів та пісень, вправи з акторської майстерності	театрального гуртка		м.Черкаси, приміщення Хеседу
10.11.2026 11.11.2026 17.11.2026	Місяць Кіслев	Місяць Кіслев - час найдовших ночей і світлого очікування Хануки. Головна подія періоду - це восьмиденне свято дива, світла та віри, встановлене на честь очищення й відновлення Єрусалимського Храму. Учасники дізнаються про історію свята, традицію запалювання ханукальних свічок, символіку світла, а також про тепло родинних зустрічей, частування та благодійність, які об'єднують громаду в найтемніші дні року	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
10.11.2026 17.11.2026 24.11.2026	Лекція "Єврейські історії з Валентиною Тайбішлак"	Історії, що базуються на Торі та традиціях юдаїзму	Учасники проєкту "Давай підключимось"	40	онлайн
10.11.2026 17.11.2026 18.11.2026	Кулінарні майстер-класи	Смаки осені – виготовлення десерта з додаванням осінніх фруктів	Учасники “Денного центру”	24	Офлайн м. Черкаси приміщення Хеседу
11.11.2926	Інтелектуальна гра «Капелюх»	Гра зазвичай проходить у кілька етапів: пояснення словами, пояснення лише одним словом, пантоміма. Команда, яка відгадала найбільшу кількість слів за всі раунди, перемагає.	Учасники програми "Клуб"	25	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
11.11.2026 18.11.2026	Тренінг:"Діджиталізація без бар’єрів: прості рішення для кожного"	Безпосередня користь та вплив сучасних засобів цифровізації на повсякденне життя	Учасники проєкту "Давай підключимось"	30	онлайн
12.11.2026 26.11.2026	Практичний тренінг: Секрети здорового способу життя	Бесіди з покращення ментального здоров’я, профілактики захворювань, пропаганди здорового способу життя	Учасники проєкту "Давай підключимось"	20	онлайн
12.11.2026	Заняття з психологом	«Емоції, взаєморозуміння та підтримка»	«AJT TEENS»	8	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
12.11.2026	Творчій майстер-клас	«Моя особлива ханукія»	«Жіночий клуб»	12	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу
13.11.2026	Відвідування концерту в Черкаській філармонії	Для шанувальників виступів музикантів симфонічного оркестру Черкаської обласної філармонії, серед яких є учасники програм Хеседу,	Учасники програми "Клуб"	20	Черкаська обласна

		буде організований перегляд нової програми оркестру			філармонія
17.11.2026	Клуб "Літературна вітальня"	Знайомство з життям та творчістю українського поета, письменника, перекладача, літературознавця, лауреата багатьох літературних премій Ріталія Заславського, який має єврейське походження	Учасники програми "Клуб	20	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
18.11.2026	Танцювальний клуб "Танго нашої молодості"	Під керівництвом запрошеного професійного хореографа учасники клубу закріплюють танцювальні рухи вивчених танців, продовжують виконують під музику доступні вправи на координацію та увагу	Учасники програми "Клуб"	20	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
19.11.2026	«Літературний клуб»	Літературна творчість письменників єврейського походження	учасники проєкту "Давай підключимось"	50	Онлайн
19.11.2026	Творчий майстер-клас	«Подих Хануки» (створення ханукальних символів)	«AJT TEENS»	8	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
19.11.2026	Творчій майстер-клас	«Вогники дива» - створення свічок для ханукального світильника	«Жіночий клуб»	14	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу
23.11.2026 30.11.2026	Тренінг. Тема: "Юридична грамотність"	Практичні заняття щодо своїх прав, обов'язків та способів їх захисту; знання основних нормативно-правових актів, що регулюють відносини між людьми	Учасники проєкту "Давай підключимось"	40	Онлайн
24.11.2026	Зустріч-гра «Вікторини від Фаїни»	Цікаві тести та вікторини на єврейську тематику (літературне, зображувальне та музичне мистецтва)	Учасники проєкту "Давай підключимось"	50	Онлайн
26.11.2026	«Світло, що долає час: історія та звичаї Хануки»	Знайомство з історією виникнення свята, його головними символами, обрядами та традиціями святкування в родинному й громадському колі	«Жіночий клуб»	15	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу

27.11.2026	Зустріч підліткового клубу	Спілкування, командна взаємодія та цікаві активності	«AJT TEENS»	8	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
29.11.2026	«Єврейський квест: врятуймо світло!»	Інтелектуальна командна гра для всієї родини, де діти й батьки разом виконують захопливі завдання. Учасники розгадують ребуси й загадки, досліджують єврейські символи та слова на івриті, розв’язують логічні задачі, вгадують музичні фрагменти й відповідають на питання про свята. У фіналі гри команди знаходять головний «скарб громади» - набір матеріалів для спільного творчого майстер-класу.	Учасники програми "Сімейний Клуб"	25	Офлайн м. Черкаси, приміщення Хеседу
30.11.2026	Репетиція учасників театрального гуртка	Продовження роботи над підготовкою театральної вистави до свята Хануки	Учасники театрального гуртка	12	Офлайн м.Черкаси, приміщення Хеседу