

קתדרה במושבה

2024 | 2023 | תשפ"ד

מתנ"ס פרדס חנה כרכור
קתדרה | חל"צ

קורסים
לקהל הרחב
והשתלמויות
למורות ומורים
בשנת שבתון



טל' 04-6378551 (שלוחה 3) | 077-7378538
אתר www.mymatnas.org.il
דוא"ל katedrapa@gmail.com



מנחה: שחר טוניק
 סטייליסטית רגשית,
 מנחת סדנאות העצמה ודימוי גוף,
 מורה לחינוך מיוחד



מנחה סופי ויצמן
 נטרופטית ND מורה ליוגה
 והרבליסטית קלינית



סודות התזונה המודעת

סמסטר א' | יום ג' | 6.2.24 - 7.11.23 | 21:15 - 18:00
 14 מפגשים



סטיילינג רגשי

סמסטר א' | יום ב' | 4.12.23 - 15.1.24 | 20:00 - 17:00 | 7 מפגשים

בגדים ניתפסים בטעות כתחום שטחי ורדוד. אולם, בסיס תיאורטי ומחקרי מראה כי לבגדים יש משמעות עמוקה, והם בעלי השפעה גדולה עלינו.

סטיילינג טיפולי הוא שיטה המבוססת על מחקרים מתחום הפסיכולוגיה של הלבוש ועל גישות לטיפול דרך כלים אומנותיים.

בשיטה זו נשתמש בבגדים ובאקססוריז כאמצעים יצירתיים להעצמה אישית וקבוצתית, להעלאת המודעות לתפיסות ואמונות המקבעות ומנהלות אותנו, לדיוק צרכינו ורצונותינו, לביטוי אישי, ולקידום דימוי גוף בריא.

קורס סטיילינג רגשי הוא הזדמנות לתהליך התפתחות ושינוי מבחוץ פנימה ומהפנים החוצה.

מחיר: 950₪

למורים בשבתון: קורס רשות | 1 יח"ל | 28 שעות

הקורס מקנה ידע מעשי בתזונה בתכנים המבוססים על מחקר ומדע וכן בהשפעת התזונה על בריאותנו. תתקיים הכרות עם רכיבי התזונה והבנת אופן פעילותם הביולוגי, חישוב ערכים תזונתיים במזון ועריכת שינויים בהתאם לצרכים תזונתיים ספציפיים.

בקורס נדון בנושאים מרכזיים מתחום אבות המזון, הבישול הבריא, והמזון הטבעי - הלכה למעשה למען יצירת בריאות מיטבית. יינתנו כלים מעשיים לבחירת מזון מותאם על ידי סוירים וסדנאות אוכל.

מחיר: 1800₪

למורים בשבתון: קורס רשות | 2 יח"ל | 56 שעות





מנחה ריבי פלג



פילאטיס מזרון

שנתי | 31.7.24 - 4.9.23

יום ב' | 8:15 - 9:05

יום ד' | 8:30 - 9:20 / 20:30 - 21:20

שיטת פילאטיס שמשחררת מפרקים דחוסים ומגבירה את זרימת הדם והחמצן בגוף. פילאטיס מחזק, מגמיש ומשחרר את הגוף מהרגלי יציבה לקויים, עוזר להחלים מכאבי גב, צוואר ובעיות מפרקים שונות, מקל ומשחרר מלחצים, מתח ועייפות. *ייתן להתאמן גם בזום - בקבוצות הבוקר בלבד!

מחיר: פעם בשבוע: 180 ₪ לחודש

פעמיים בשבוע: 260 ₪ לחודש

למורים בשבתון: קורס רשות | 2 יח"ל | 56 שעות | 56 מפגשים



מנחה: נגה וייס



יוגה ויניאסה / ין יוגה

שנתי | 31.8.24 - 3.9.23

ראשון	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
9:00 ויניאסה	8:30 פאוור יוגה		8:30 ויניאסה	8:30 ויניאסה
18:30 ין יוגה			10:00 יוגה רכה	10:00 ין יוגה
20:00 ויניאסה	19:00 ין יוגה	19:00 פאוור יוגה		

החוג פונה לכל הגילים והמגדרים, אין צורך בניסיון קודם. כל מפגש אורכו 75 דק' וכולל: הכרות והתנסות עם מדיטציה (5-10 דקות), חימום דינמי עדין בתנוחות ישיבה או שכיבה, רצף תנוחות עמידה, פיתוח ושיפור שיווי משקל, תנוחות ישיבה או תנוחות הפוכות (לפי יכולת אישית), רצף מסכם של מנחים לוויסות והרגעת מערכת העצבים ולסיום - הרפייה סופית בשכיבה על הגב. ניתן להצטרף לחוג במהלך כל השנה.

מחיר: פעם בשבוע: 210 ₪ לחודש

פעמיים בשבוע: 290 ₪ לחודש

שלוש פעמים בשבוע: 350 ₪ לחודש

חופשי חודשי: 420 ₪

למורים בשבתון:

קורס רשות | 2/4 יח"ל | 56/112 שעות | 28/56 מפגשים

יוגה בנווה פרדסים לנשים בלבד

בהנחיית רונית צוואיג

ימי א' | יין 20:30-21:30

ימי ד' | אשטנגה 20:15-21:30



מנחה: **מאיה הראל**
מומחית איקורמס ובניית אתרים



קורס מסחר ב- eBay

סמסטר א' | ימי ב' | 15.1.24 - 4.12.23 | 9:00 - 12:15
סמסטר א' | ימי ד' | 17.1.24 - 6.12.23 | 17:30 - 20:45



איבוי היא פלטפורמת מסחר בינלאומית המאפשרת מכירת מוצרים על ידי מוכרים מגוונים, החל מאנשים פרטיים, יזמים קטנים/גדולים ועד לחברות ענק. הקורס יתמקד בשיטת מסחר 'רופשיפינג' שלמעשה עוסקת במכירת המוצרים ללקוחות ורק לאחר מכן רכישת המוצר מהספק, שיספק את המוצרים ישירות ללקוחות. בשיטה זו, אין סיכון אחזקת מלאי ואין צורך בהשקעה כספית ראשונית בעסק.

הקורס ילווה בקבוצת פייסבוק סגורה על מנת לאפשר למידה מעשית והמשכית בין השיעורים כך שכל משתתף יקבל את המעטפת שתאפשר הקמת חנות איבוי עד לסיום הקורס.

מחיר: מחיר: 1800 ש"ח
למורים בשבתון: קורס רשות | 1 יח"ל | 28 שעות | 7 מפגשים



מנחה **איתי קן-תור**
קולנוען מרצה ומורה לקולנוע, מפיק ומביים סרטים תיעודיים



קולנוע בכף היד צילום ועריכה בטלפון הנייד

סמסטר ב' | יום א' | 14.4.24 - 25.2.24 | 18:00 - 21:15

כולנו משתמשים בסרטונים בחיי היומיום לתיעוד, בילוי, פרסום, לימודים ועוד. בסדנה זו נלמד את רזי הצילום והעריכה בטלפון הנייד ובמחשב, ונקנה כלים מחשבתיים ויישומיים לתיעוד המשפחה, הכיתה, הטויל, קידום העסק, יצירה אמנותית וכו'. בסדנה נכיר את שלבי היצירה מהרעיון דרך תחקיר, תסריט, צילום, הקלטה, עריכה והפסקול עד היצירה השלמה. הקורס בנוי על יחס אישי והתאמה לניסיון ולצרכים המדויקים של כל משתתף.

מחיר: 950₪

למורים בשבתון: קורס רשות | 30 שעות | 1 יח"ל | 7 מפגשים





מנחה **ריקי קאופמן**
מטפלת הוליסטית,
הוראה והנחיית סדנאות



מנחה **איטו אבירם**
סופר עורך ועיתונאי



לצמח מבפנים - כלים להתפתחות אישית

סמסטר א' | ימי א' | 14.1.24 - 15.10.23 | 20:45 - 17:30
סמסטר ב' | ימי א' | 19.5.24 - 4.2.24 | 12:15 - 9:00

סדנה המיועדת לכל אדם שמוכן לפגוש את עצמו ולהיפתח. במפגשים נשלב בין תיאוריה לחוויה, נשמע מוסיקה, נתחבר לדימיון מודרך, נלמד תרגילי מוח לאיזון ושילוב שתי אונות המוח, ניתן מענה לטיפול במתחים, העצמה, הצבת מטרות לחיים, שיפור יכולות למידה ובניית הדימוי והביטחון העצמי. בסדנה נעשה שימוש בקלפי מודעות - "קלפים מקלפים" שהם כלי אימון חוויתיים להעצמה עצמית, חיבור למהות שלנו, חיבור לחזון האישי, שיפור מערכות יחסים ויצירת מעגל תמיכה קבוצתי. נצטייד בכלים מעולמות ההילינג, הקינסולוגיה חינוכית, אקסס בארס, שיטת "מוח אחד", סו-ג'וק ועוד. הצטרפו אלינו לחוויה קסומה של העצמה אישית!

מחיר: 1800₪

למורים בשבתון: קורס רשות | 56 שעות | 2 יח"ל | 14 מפגשים



כתיבת סיפור חיים - כתיבה יוצרת

שנתי | ימי ד' | 18.10.23 - 26.6.24 | 21:15-19:00

סדנת כתיבה לפרוזה ולסיפור חיים. בקורס נלמד כיצד לאתר סיפור, כיצד להעניק לו הדגשים משמעותיים, באילו טכניקות להשתמש ואיך להפוך זוטות של יום יום לסיפורים כתובים היטב, ערוכים היטב, מסקרנים ומרתקים. כל זאת באווירה אינטימית המתאימה למתחילים ולמתקדמים, היכן שהדמיון נהפך למציאות, והזיכרונות - לסיפור חיים ייחודי.

מחיר: 3600₪

למורים בשבתון: קורס רשות | 112 שעות | 4 יח"ל | 35 מפגשים



מנחה **אורנה מאירי**
מעצבת רב תחומית



עיצוב פנים Home Styling

סמסטר א' | ימי ג' | 19.12.23 - 19.3.24 | 21:00-18:30

הקורס יעסוק בעיצוב חללים - חלק מעולם עיצוב הפנים והדקורציה. בקורס יינתנו כלים בתהליכי עיצוב וסטיילינג, נתרכז בארגון ועיצוב מחדש של החלל, בבחירת הצבעים, הטקסטילים, התאורה, חפצי נוי והאקססוריז, וזאת כדי ליצור מראה חדש וייחודי בעיצוב עצמי עם טביעת חותם אישית. המשתתפים יפתחו את מיומנותם בטכניקות עבודה שונות. יוצגו טרנדים ומגמות אפנה שכל אחד יכול ליישם על פי טעמו האישי וצרכיו. הדרכה טכנית ואומנותית צמודה.

מחיר: 1800 ₪

למורים בשבתון: קורס רשות | 2 יח"ל | 56 שעות | 14 מפגשים



מנחה **נטליה ריצבסקי**

לתפור בכיף

שנתי | ימי א'-ה' | 31.7.24 - 3.9.23 | בוקר/ ערב

תפירה יצירתית לכל מי שמעוניין לפתח את כישוריו היצירתיים וליהנות מעשייה בתחום התפירה באופן ידני ובאמצעות מכונת תפירה. מנושאי הקורס: יסודות התפירה הידנית, לימוד תפירה על מכונה, העתקת גזרות מוכנות, הכנת מוצרים שונים, כל אחד על פי רצונו וחלומו. לדוגמה: בובות, חיות מלבד, סיכות ראש, מחזיקי מפתחות, עטיפות למחברות, כריות, אפליקציות, שמיכת טלאים לחינוך, בגדים, תיקים, ועוד. בקורס מגוון רחב של תרגילי התנסות מדורגים הלכה למעשה.

*פירוט ימים ושעות באתר המתנ"ס

מחיר: 305 ₪ לחודש

מחיר חומרים: 175 ₪ לשנה

קורס רשות שנתי | 4 יח"ל | 112 שעות | 28 מפגשים





מנחה רויטל אריאל
ליווי נשי דרך ימימה - חשיבה הכרתית



לימודי ימימה

ימי ב' | 29.7.24 - 4.9.23 | 10:30 - 9:00
ימי ד' | 31.7.24 - 6.9.23 | 22:00 - 20:30

ימימה אביטל ז"ל השאירה למאות תלמידיה לימוד לריפוי הנפש. הלימוד יאפשר לך להתקרב לעצמך ולגלות מה את רוצה באמת, הוא יאפשר לך לחזור לקשרים בריאים בינך לבין האנשים סביבך ובינך לבינך, לחזור לנשום בלי תרגילי נשימה, לחזק קשרים בלי ללמוד שיטה, לנהל שיח אחר, שיח שיש בו הרבה טוב, הרבה בעד והרבה יחד.

מחיר: 250 ₪ לחודש

למורים בשבתון: קורס רשות | 2 יח"ל | 56 שעות | 28 מפגשים
* ניתן ללמוד גם בזום, בהתאם לביקוש תיפתח קבוצה.



מנחה איילת גר
אמנית ויוצרת בוגרת 'שנקר'



חוויה של חומרים

סמסטר ב' | ימי ה' | 23.5.24 - 8.2.24 | 12:00 - 9:00

הקורס יספק הכרות עם מגוון רב של חומרים, חשיפה לטכניקות ומיומנויות מקצועיות בתחומי האמנות והיצירה השונים. קורס חוויתי מקורי שבו תוכלו להתנסות בחומרים שונים ומרתקים כמו עץ ממוחזר, חוטי ברזל, קולאז', תחבושות גבס, מלט, חלוקי נחל, שעווה ועוד. בכל מפגש צוללים לעולם מרתק של חומר מרגש אחר ויוצרים תמונות ופסלים במסע אישי של יצירה.

מחיר: 1550 ₪ (כולל חומרים)

למורים בשבתון: קורס רשות | 2 יח"ל | 56 שעות | 14 מפגשים





מנחה **אלינה טופרמן איטן**
מרצה לפיסול וקרמיקה, בוגרת בצלאל



פיסול קרמי

שנתי | ימי ה' | 25.7.24 - 7.9.23
11:30-8:30 | 14:30-11:30

הקורס יקנה היכרות עם טכניקות שונות בעבודה בחומר: יצירה מתוך גוש, משטחים וחוליות, תרגום רעיון אל התלת ממד, קונסטרוקציה וטכניקה, בחינת שפת הטקסטורות, נפחים, חללים, אור וצל, הגדלת דגמים, פיסול פיגורטיבי ופיסול החלומות הפרטיים של המשתתפים. הקורס מיועד למתחילים ולמתקדמים יחד. העבודה היא עצמאית וההדרכה היא אישית מתוך שאיפה שהחברותה תיצור הפריה הדדית ולמידה מועילה.

מחיר: 385₪ לחודש | חומרים 220₪ לשנה
למורים בשבתון: קורס רשות שנתי | 112 שעות | 4 יח"ל | 28 מפגשים



מנחה **הלן לונה בירן**
אמנית ומנטורית ליצירה. בוגרת המדרשה ובעלת תואר שני בתולדות אמנות ואוצרות



ציור ורישום

שנתי | 30.7.24 - 3.9.23
יום א' | 21:00 - 18:00
יום ג' | 12:00 - 9:00

רישום וציור במגוון טכניקות וחומרים תוך היכרות עם יסודות הרישום ובסיס הצבע. בסדנה נפתח חשיבה יצירתית ושימוש בטכניקות ציור שונות בהתפתחות אישית. הסדנה מתאימה למתחילים ומתקדמים.

מחיר לפעם בשבוע: 300₪ לחודש
למורים בשבתון: קורס רשות שנתי | 112 שעות | 4 יח"ל | 28 מפגשים





פיסול וקדרות משולב

שנתי | ימי ב' | 4.9.23 - 29.7.24 | 14:30-11:30

הקורס יקנה היכרות עם טכניקות שונות בעבודה בחומר: יצירה מתוך גוש, משטחים וחוליות, תרגום רעיון אל התלת ממד, קונסטרוקציה וטכניקה, בחינת שפת הטקסטורות, נפחים, חללים, אור וצל, הגדלת דגמים, פיסול פיגורטיבי ופיסול החלומות הפרטיים של המשתתפים. הקורס מיועד למתחילים ולמתקדמים יחד. העבודה היא עצמאית וההדרכה היא אישית מתוך שאיפה שהחברותה תיצור הפריה הדדית ולמידה מועילה.

מחיר: 395₪ לחודש

חומרים: 220₪ לשנה

למורים בשבתון: קורס רשות שנתי

112 שעות | 4 יח"ל | 28 מפגשים

כרטיסיה לתרגול חופשי בסטודיו לקרמיקה

הכרטיסייה מיועדת לאנשים ששפת החומר ידועה להם, והם מחפשים מקום לעבוד בו באופן עצמאי. רשימת הימים והשעות באתר המתנ"ס

מחירון כרטיסיות

10 שעות 320₪

20 שעות 600₪



מנחים: **נגה מילר** | **אלון גורן**

קדרות באובניים

שנתי | ימי ב', ג', ד' | 4.9.23 - 31.7.24 | בוקר/ערב

הקורס יקנה היכרות עם טכניקות שונות בעבודה בחומר באובניים ופיתוח שפה אישית. הקורס מציע את הכלים ואת האתגר להתמודד עם אומנות המשלבת אדמה, אש, מים ורוח. בקורס נלמד ליצור כלים שימושיים בעבודת אובניים.

מחיר: 400₪ לחודש

חומרים: 220₪ לשנה

למורים בשבתון: קורס רשות שנתי | 112 שעות | 4 יח"ל | 28 מפגשים





מנחה: עו"ד ישראל מוסנזון

הדרך לעצמאות פיננסית

ימי ה' | 2.11.23 - 21.12.23 | 18:00 - 20:30

עובדים, מרוויחים לא רע ועדיין לא מצליחים לחסוך מספיק? לא יודעים אם יש סיכוי לרכוש דירה אי פעם? האם תוכלו לעבור לדירה גדולה יותר?

האם אתם מקבלים מהבנק את התנאים הטובים ביותר? כולם מדברים על "השקעות" ואתם לא באמת מבינים עד הסוף איך עושים את זה? על כל השאלות האלו ועוד רבות תקבלו תשובה בקורס "הדרך לעצמאות פיננסית".

מתכני הקורס: ניהול תקציב, המערכת הבנקאית וניהול מיטבי של חשבונות הבנק, אשראי, ריביות, משכנתה, עלות אפקטיבית, דירוג אשראי, אופטימיזציה של מימון, צרכנות נבונה, השקעות, חסכונות, ני"ע, נדל"ן, קריפטו, תשלומי מס, ביטוחים, קרנות פנסיה, קופות גמל, חוקי עבודה תעסוקה ועוד.

ישראל מוסנזון, עו"ד בעל ניסיון של עשרות שנים כבכיר במוסדות פיננסיים, בעל תואר שני במנהל עסקים (התמחות במימון וניהול בינ"ל), מרצה במוסדות אקדמיים, בורר ומגשר בתחומי הכספים והעסקים.

מחיר: 1500 ₪ | 7 מפגשים



מנחה: יהודה טאובמן

929 - תנ"ך ביחד

ימי ב' | 4.9.23 - 29.7.24 | 20:00-21:30

דרך חדשה לחברה הישראלית לפגוש את ספר הספרים ואת עצמה, לגלות אוצרות ישנים וגם ליצור קריאות חדשות. לחשוב, ללמוד, להרגיש ובעיקר להקשיב.

קבוצה שנפגשת זו השנה השלישית כחלק מפרויקט ארצי. פעם בשבוע נפגשים לשיחה, דיון ולימוד על הפרקים השבועיים ומרחיבים דעת על פרשנות, חברה, תרבות, אמנות, היסטוריה, אקטואליה ועוד, באמצעות מנחה מקצועי וחוכמת ההמונים. לא נדרש ידע קודם.

מחיר: 120 ₪ לחודש





בניית אתרים ב-WordPress

סמסטר ב' | ימי ב' | 18.3.24 - 5.2.24 | 20:30 - 17:30
 ימי ד' | 20.3.24 - 7.2.24 | 12:00 - 9:00

קורס בניית אתרים ליחידים המעוניינים לעסוק בתחום בניית אתרים. במהלך הקורס המשתתפים ילמדו את המיומנויות המעשיות הנחוצות ליצירת אתר מקצועי באמצעות WordPress כולל עיצוב והתאמה אישית של ערכות נושא ואופטימיזציה של תוכן לקידום אתרים. בנוסף, הקורס יכלול קבוצת פייסבוק סגורה להמשך למידה ותמיכה בין השיעורים. עם הכלים והידע שיצברו בקורס, המשתתפים יוכלו לעשות את הצעד הראשון לקראת הקמת עסק משלהם לעיצוב אתרים ובניית נוכחות דיגיטלית מוצלחת ללקוחותיהם.

מחיר: 1800 ₪ | 7 מפגשים



מנחה: **מאיה הראל**

בעלת סטודיו לבניה, שדרוג ועיצוב אתרים, מומחיות בעולמות האיקומרס והדיגיטל.

בניית אתרי תדמית לעצמאיים

ימי ג' | 16.1.24 - 5.12.23 | 12:00 - 9:00

הקורס לבניית אתרים ב-WordPress לבעלי עסקים קטנים הוא קורס מעשי ומקיף המאפשר למשתתפים לבנות אתר תדמית איכותי ומקצועי לעסק שלהם בצורה עצמאית. הקורס ילווה את המשתתפים בכל שלבי התהליך: מהבנת הצרכים, דרך העיצוב והתכנון, ועד להשקה וניהול עצמאי של האתר. כמו כן, במסגרת הקורס המשתתפים ילמדו כיצד ליצור תוכן איכותי ומקורי לאתר באמצעות טכנולוגיית Chat GPT המתקדמת.

המנחה תספק תמיכה קבוצתית לכלל המשתתפים באמצעות קבוצת פייסבוק סגורה המיועדת לקורס. בסיום הקורס למשתתפים יהיה ארגז כלים להמשך פיתוח האתר והם יהיו מסוגלים לנהל את האתר בצורה עצמאית.

מחיר: 1800 ₪ | 7 מפגשים





קורס ערבית מדוברת | למתחילים

ימי ג' | 28.11.23 - 13.2.24 | 18:00 - 19:30

מדברים ערבית מהמפגש הראשון!
מתרכזים בפיתוח יכולות תקשורת, ניהול שיחה ואוצר מילים
שימושי ויום יומי בערבית
שמים דגש על חשיפה לשפה ולתרבות הערבית העכשווית
לומדים ומתרגלים בקבוצות קטנות עם יחס אישי, בליווי מורה
מקצועי בסוף הקורס 'אשכרה' יכולים לדבר ולתקשר בערבית
בסיסית!

מחיר: 1050 ₪ | 12 מפגשים



מנחה: **עדי בר אור סליקטר**
מומחית בקידום ממומן בפלטפורמות גוגל,
פייסבוק אינסטגרם ועוד.

קורס שיווק דיגיטלי

ימי א' | 7.1.24 - 14.4.24 | 9:00 - 12:00

קורס בוטיק פרקטי ומעמיק בשיווק דיגיטלי המותאם לבעלי עסקים ולמי שמעוניין ללמוד את התחום. מטרת הקורס היא לתת מענה לבעלי/בעלות עסקים, אנשי שיווק ותוכן, מנהלי שיווק ועוד, בכל נושא הקידום הממומן: אסטרטגיה, שיטות תכנון ועבודה, תוכן לסושיאל, אפיון קהלים, למידת פלטפורמות פרסום וכלי עזר לשיווק וניהול הנכסים הדיגיטליים של העסק. במהלך הקורס נתרגל ונלמד על עולם הפרסום אונליין בגישה הוליסטית שמשלבת אסטרטגיית פרסום, קהלי יעד ממוקדים, מסרים ותוכן מותאם קהל, ניתוח נתונים וכלים מתקדמים. בקורס ילמדו מרצים נוספים המומחים בתחומם.

מחיר: 1800 ₪ | 14 מפגשים



תיקון ליל שבועות | הלימוד בליל שבועות נקרא "תיקון". ההתקבצות של הקהל הגדול, המרצים ומעגלי הלימוד, מלמדת על רצון משותף ללמוד יחד. תיקון ליל שבועות במתנ"ס נולד מתוך סקרנות להכיר את אוצרות המקורות היהודיים ואת מגוון הקולות. התיקון עוסק בתכנים הנוגעים לחג השבועות בהיבטיו השונים ועוסק בנושאים חברתיים.

בערב לוקחים חלק אנשי רוח, רבנים, מרצים, מטפלים, פעילים חברתיים ויוצרים מתחומי התרבות והאומנות. הערב כולל הרצאה באולם התרבות, מעגל שירה ולימוד במדשאות.

מעגלי שיח ט' באב תשפ"ד | 12.8.24 יום ב'

מפגש קהילתי במדשאות המתנ"ס בליל ט' באב, שיוצר חיבור ושיח בין הקהילות השונות בפרדס חנה כרכור. פתוח לקהל הרחב.

קבוצת פעילים פורום "קדמיא"

אחת לחודש במתנ"ס פרדס חנה כרכור. פעילות לאורך השנה בשיתוף של "יחד" זהות יהודית ישראלית בקהילה. קבוצת הפעילים "קדמיא" קיימת ופועלת כבר מספר שנים במתנ"ס פרדס חנה כרכור. בקבוצה לוקחים חלק פעיל בקהילה יזמים, אנשי חינוך, מטפלים, אנשי רוח ואומנים מכל הזרמים והגוונים. הקבוצה מזמינה אליה כל מי שחפץ להיטיב ולתת מקולו, ליבו ומעשיו בקהילה בפרדס חנה כרכור, להצטרף למפגשי הלימוד והשיח סביב שאלות של זהות, תרבות, שייכות, שילוב וגישור בדרך ליצירת חברה טובה יותר. הפורום לוקח חלק באירועים קהילתיים ובמעגלי השיח שמתקיימים במתנ"ס לאורך השנה. חגי תשרי ואלול, חג הסיגד, חנוכה, ט"ו בשבט, יום האישה, יום השואה, יום ירושלים, שבועות, ט' באב ועוד...

זיכרון בסלון
תשפ"ד 5-6.5.24

מספרים כדי לזכור

בערב יום הזיכרון לשואה ולגבורה נתכנס בקבוצות אינטימיות כדי לזכור את הנספים, להצדיע לשורדים ולחדד את זיכרון מאורעות התקופה האיומה ביותר בהיסטוריה האנושית.

פרטים באתר המתנ"ס

אם אתם נושאים עמכם סיפור אישי או משפחתי, אם אתם מכירים בעלי סיפור אישי או משפחתי, נודה לכם מאד אם תשתפו אותנו. הסיפור שלא יסופר - לא יזכר





4.3.24

סיור טעימות בשוק לוינסקי

סיפורה של נווה צדק, השכונה היהודית הראשונה מחוץ לחומות יפו. הסיור עובר דרך הדמויות האנושיות נשוטט בין סמטאות נווה צדק ונספר את סיפורם האישי של האנשים שעיצבו את נוף המקום: הרב קוק, הסופר ש. בן ציון, ביאליק, עגנון ואחרים.

נמשיך בסיוור מודרך **בשכונת פלורנטין** נתפעל מציורי הגרפיטי המפורסמים שעל גבי הקירות, נשמע על גלריות מיוחדות ועל אמנים בין לאומיים שהגיעו במיוחד כדי ליצור אומנות ברחובות פלורנטין, שנחשבת למרכז חשוב של גרפיטי ואמנות רחוב ברמה העולמית, ונסיים במועדון 27 המפורסם.

נסיים בסיוור טעימות בשוק לוינסקי: במהלך הסיור נספר את סיפורם של יהדות סלוניקי, עלייתם ארצה והקשר שלהם לשוק התבלינים מקורם והקשר שלהם להיסטוריה העולמית ושימור מזון - הסיבות לשימור ושיטות שונות שהשתמשו בהן. במהלך הסיור נכיר מבחר גדול של תבלינים, חלקם מוכרים וחלקם נדירים.

בסיוור נשלב גם מנהגים שונים שאינם קשורים רק באוכל, וניחשף לשימושים שונים של מוצרים מהחי ומהצומח. **וכמבון- נטעם ממבחר המוצרים הנמכרים בשוק.**

מחיר: 190 ₪ לאדם

16.10.23

סיור בעקבות משוררים בחדרה ובנימינה

אהוד מנור, חנה סנש, נתן יהונתן, נטייל ונשיר עם מצב רוח אל מחוזות ילדותו של אהוד מנור.

הסיור יחל **באזור חדרה**: קולנוע חוף, ההשפעה על שיריו הראשונים של אהוד מנור, הליכה לאורך שפך נחל חדרה והתודעות אל מקור היצירה של נתן יהונתן "**חופים הם לפעמים**". משם נמשיך לאמת המים בקיסריה בעקבות השיר "**ההליכה לקיסריה**" של חנה סנש, משם לבנימינה לבית הנוטרים ולבית הפקידות, המשך לבית ילדותו של אהוד מנור, וסיפור שכונת הפועלים עם תחנת השידור הראשונה- תלם שמיר בועז, שהייתה כר נרחב לכתובת שיריו. נסיים **בבית העלמין** בו קבורים אהוד מנור ומשפחתו.

מחיר: 160 ₪ לאדם

*יציאה ממתנ"ס פרדס חנה בשעה 8:30



20.11.23

סיור מזמר בתל אביב - יפו

נשיר משירי נחום גוטמן ואלתרמן נתחיל סיוורנו **במגדל השעון ביפו** על שמו נקראה **כיכר השעון**. נזמר על יפו בימים ובלילות עם שלל הדמויות הצבעוניות שחיו במציאות ובדמיון, ולאחר מכן סיור וזמן חופשי **בשוק הפשפשים**. **נמשיך ונהלך בסמטאות יפו ברחוב יפת המפורסם נשמע על "תמונות יפואיות"** ננציח את השוטר אזולאי, את מועדון הלילה המיתולוגי ושאר דמויות של יפו העתיקה נמשיך לשכונת נווה צדק - נשמע את סיפור השכונה וסיפורי הבתים ונשיר משירי תל אביב הקטנה על גן השקמים.

מחיר: 180 ₪ לאדם

22.5.24

סיור לגליל העליון

הר כמון הוא הר כמנא (בערבית) - נערוך תצפית נוף יפיפיה אל עבר הגליל התחתון והעליון

הר אדיר-מצפור לזכר חללי מלחמת לבנון השנייה, צופה לעבר מזרח הגליל העליון, הגולן, דרום-לבנון והחרמון

סיור בראש פינה - גיא אוני: סיור בסמטאות הציוריות וסיפורי בתים צפת - נרד לרובע היהודי לביקור בבתי הכנסת העתיקים, בית הכנסת ע"ש הארי הקדוש - רבי יצחק לוריא אבי תורת הנסתר.

מירון - ביקור בקבר הרשב"י, מקום תיירותי מספר 2 בארץ אחרי הכותל המערבי

ביקור בבית הבד של **סבא חביב ביישוב פרוד** - מרכז מבקרים וטעימות משמן הזית המיוחד של בית הבד, בליווי סיפור המקום המרתק על השמן המופק באמצעות אבני ריחיים מסורתיות בשיטת הכבישה הקרה.

מחיר: 180 ₪ לאדם

3.4.24

סיור לצפת

את הסיור נתחיל בתצפית **גן המצודה** - נשקיף על היער מהמקום הגבוה ביותר.

משם ירידה ל**כיכר הדוודקה** - סיור רגלי קצר במדרחוב ובקריית האמנים בין הגלריות השונות.

נרד לרובע היהודי - ביקור בבתי הכנסת העתיקים: בית הכנסת האר"י, על שם רבי יצחק אשכנזי לוריא, אבי תורת הנסתר. במאה ה-16 היה המקום מחוץ לעיר, ובו היה האר"י מקבל את פני שבת המלכה. ביה"כ נהרס ברעידת האדמה שהייתה בשנת 1837 ונבנה מחדש בשנת 1985. בבית הכנסת ארון קודש מפואר ויחודי בפיתוחים וחיטובים אמנותיים.

נסיים בבית הכנסת **האשכנזי** ובית הכנסת הספרדי **אבאב**-בבית הכנסת ספר תורה עתיק, מיוחד ומקודש, שכתב רבי יצחק אבוהב, בעל 'מנורת האור'. ביה"כ בנוי ככיפה, מעוטר כולו ציורי קיר כחולים ולוסטרות עתיקות משתלשלות מתקרתו.

מחיר: 180 ₪ לאדם



בת קול ברוח

מפגשי אומן אינטימיים על מוזיקה ורוח



22.11.23 | ארקדי דוכין

20.12.23 | מורין נהדר

17.01.24 | מיקה קרני

להרשמה באתר המתנ"ס | 077-7378538 | 04-6378551 שלוחה 3

24.6.24

סיור טעימות במחנה יהודה

נתחיל בטיול טבע קסום בפארק עמק הצבאים. בפארק כיום כ-40 צבאים בנוסף למגוון רחב של יונקים, ציפורים ועופות, חלקם מינים בסכנת הכחדה. עמק הצבאים הינו פארק הטבע העירוני הגדול ביותר בארץ.

נמשיך לסיור קולינרי הכולל טעימות בשוק מחנה יהודה הססגוני כולל זמן חופשי לשיטוט בשוק ולקניות.

לאחר מכן נסייר בשכונת נחלאות, בסמטאות הציוריות והקסומות המרכיבות פאזל ירושלמי מרתק. נשמע את הסיפורים של פעם ונחלוף לאורך תקופות השונות המשמרות מרקם קסום. נטייל בשכונת אהל משה, מזכרת משה, בתי גורל, נחלת ציון, שכונת מחנה יהודה, חארט אל טנק, וציור הבית.

שדרות אלרוב ממילא - נכיר את השכונה ממילא, כולל זמן חופשי בקניון ממילא.

מחיר: 190 ₪ לאדם



*היציאה ממתנ"ס פרדס חנה כרכור בשעה 7:30
*למורים בשבתון: קורס רשות, 2 יח"ל | 56 שעות | 1220 ₪
*כל הסיורים כוללים זמן חופשי לארוחות צוהריים עצמאית