



היסטוריה

קרימינולוגיה

טיולים

תנועה

שביל ישראל

אומנות

תרבויות בעולם

מודעות

ספרות

צילום

קתדרה בתבור

מרכז אימוצים לאנשים סקרנים

תשע"ט 2018-19

ארכיאולוגיה

בריאות

שפות

חיטוב המוח

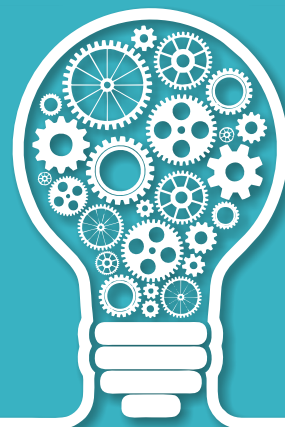
מקרא

מוסיקה

יהדות

חוגי פנאי

קולנוע





תושבים יקרים,

אנו גאים לפתוח את שנת הפעילות הרביעית של "קתדרה בתבור" ולהציג בפניכם את מגוון החוגים והסדרות שלנו לשנה זו.

"קתדרה בתבור" הוקמה מתוך רצון להעשיר את תרבות הפנאי ולהנגיש מגוון רחב של תכנים איכותיים.

הקתדרה, המוכרת ע"י המשרד לשיויון חברתי, הפכה לאבן שואבת לשוחרי ידע, תרבות ופנאי.

המתנ"ס רואה ב"קתדרה בתבור" כאחד מענפי הפעילות החשובים ביותר של המרכז הקהילתי שלנו, כמות המשתתפים הרבה ומספר המתנדבים אשר לוקחים חלק בניהול ובקביעת התכנים מהווים מקור גאווה קהילתי.

בהזדמנות זו ברצוני להודות לראש המועצה מר **יוסי דולה**, אשר נענה לכל בקשה של המתנ"ס ומעמיד לרשותנו את האמצעים הדרושים על מנת לקיים פעילות זו, יו"ר הנהלת המתנ"ס **עודד הלפרין**, לחברי ההנהלה על התמיכה והרצון לפתח את התחום ולמנהלת "הקתדרה" **שגית קריב** על המסירות המקצועית והרצון להגיע לכל תושב ולפתח כל רעיון ויוזמה.

בברכת שנת פעילות מוצלחת,

רוני קינן קוך
מנהלת המתנ"ס



תושבים יקרים,

מוצגת לפניכם חוברת הפעילות לשנת תשע"ט של "קתדרה בתבור" - מרכז לימודים המאפשר פעילות תרבותית וחברתית לקהל מתעניין ואיכותי מכפר תבור ויישובי הסביבה.

זוהי שנת הפעילות הרביעית של הקתדרה שגדלה ומתפתחת משנה לשנה, הן בכמות המשתתפים והן בהיצע ובמגוון הקורסים והחוגים. בהתאם לכמות המשתתפים שגדלה ולתמיכה כספית מהמשרד לשיויון חברתי, הורדנו השנה את המחירים ברוב הפעילויות ושיפרנו את שיטת התמחור כך שתעודד אתכם להשתתף בכמה שיותר סדרות, **ניתן לשלם מחיר שנתי קבוע ולהשתתף בכל הסדרות ללא הגבלה.**

ברצוני להודות לראש המועצה מר יוסי דולה, ליו"ר הנהלת המתנ"ס מר עודד הלפרין ולמנהלת המתנ"ס הגב' רוני קינן קוך, שנותנים לי גיבוי מלא, תמיכה וחופש פעולה ולחברי "ועדת הקתדרה" - רותי דביר, איילה זהבי, אלה הרמתי, רונית סינדר, גילה הראל, טובה כהן, נאווה בן עזר וישראל קידר, שפעילים בקבלת ההחלטות ובבחירת הסדרות והמרצים האיכותיים המוצגים בחוברת זו.

אני מאמינה שכל אחד יוכל למצוא מתוך התכנית העשירה והמגוונת, המוגשת בידי מיטב המרצים, את המתאים והמעניינים עבורו.

בברכת שנת פעילות מוצלחת ומהנה,

שגית קריב
מנהלת "קתדרה בתבור"



הרשמה

ההרשמה מתבצעת באינטרנט דרך אתר המתנ"ס: www.kefar-tavor.org.il
ניתן גם להוריד אפליקציה לסמארטפון: מרכז קהילתי כפר תבור
משרדי המתנ"ס פתוחים בימים א'-ה' בשעות 08:00-19:00
טלפון: 04-6765555, פקס: 04-6769585, מייל: kfartavo@matnasim.org.il
מועד אחרון להרשמה: יום חמישי 9.18.18.
תנאי לפתיחת כל החוגים והסדרות הוא מספר מינימום של משתתפים.

חופשות

ראש השנה - 9.18.18-11.9, יום כיפור - 18.9.18-19.9, סוכות - 1.10.18-23.9,
חנוכה - 4.12.18-9.12, פורים - 20.2.19-22.3, פסח - 19.4.19-27.4, יום העצמאות -
8.5.19-9.5.19, שבועות - 8.6.19-9.6.19.

נהלים ותשלומים

בחוגים השנתיים: התשלום ייגבה באמצעות כרטיס אשראי בסוף החודש עבור החודש שהסתיים. שיעור ראשון ניסיון ללא תשלום, אם ממשיכים - השיעור נחשב יחויב, אם מבטלים - יש להודיע בכתב ולא יחויב.

בסדרות: החיוב מתבצע בפועל רק לאחר תחילת כל סדרה. (יתאפשר הסדר תשלומים). לאחר המפגש הראשון, ניתן להודיע בכתב על ביטול ויגבה רק הסכום על המפגש הראשון. השתתפות במפגש השני משמעותה אישור השתתפות בסדרה ותשלום מלא ללא החזר כלשהו.

הסדרות שמחירן 400 ₪ נספרות כ-2 סדרות.

סדרות שמתומחרות ב-600 ₪ לא נכללות במסלול השנתי.

מסלול חופשי ללא הגבלה בסך 1,600 ₪

יחיד שישלם 1600 ₪ בשנה יוכל להשתתף בכל הסדרות ללא הגבלה (מלבד אלה העולות 600 ₪). יש לציין בהרשמה איזה סדרות בחר. **הנחה ב"תנועה ללא הגבלה"** לאדם בודד המשלם 1,000 ₪ ומעלה בסדרות - ישלם 170 ₪ לחודש בלבד במקום 200 ₪ (15% הנחה).

הנחה מיוחדת ומשמעותית תנתן לאנשים עם מוגבלות, המוכרים ע"י המוסד לביטוח לאומי, בעלי 20% נכות ומעלה. ע"מ להשתתף ב"תוכנית מנדלה", יש צורך להציג אישור נכות ולמלא טופס במזכירות המתנ"ס. המתקשים בתשלומי שכר הלימוד יפנו לוועדת הקתדרה בכתב לדוא"ל של שגית, מנהלת הקתדרה - avivkfartabor@gmail.com

הפסקת לימודים או היעדרות ממושכת

לא יינתן זיכוי עבור אי הגעה להרצאה יחידה (או יותר) במסגרת סדרה או חוג.

לא ניתן להעביר את הזכות להשתתף בהרצאה יחידה לאדם אחר.

בהיעדרות חריגה, שלושה שבועות ויותר, עם הצגת אישור, ניתן יהיה להשתתף בסדרות/חוגים אחרים.

בעלי מחיר זהה (או נמוך יותר) המתקיימים בקתדרה באותה שנה.

כל ביטול/תוספת של סדרה או חוג - חייבת להתבצע בכתב על גבי הטופס המתאים בלבד.

יתכנו שינויים במועדי המפגשים במהלך השנה. עקבו אחר השינויים בהודעות במייל.

שיטת התמחור ופירוט ההנחות:

מחיר	מספר סדרות לבית אב (יחיד או זוג)
200	1
400	2
600	3
800	4
1,000	5-7
1,200	8
1,400	9
1,600	10
1,800	11
2,000	12-14

מחיר	כל הסדרות ללא הגבלה למשתתף בודד (מעל 25 סדרות)
1,600	

מחיר	כל הסדרות ללא הגבלה לזוג (מעל 25 סדרות)
3,000	



נפלאות הגוף האופטימי

נלמד את העקרונות לתזונה מיטבית, פיזית ונפשית ומה נחוץ לקיומנו המלא.

העקרונות הם מתחומי הרפואה, מדעי המוח והפסיכולוגיה החיובית, התמכרויות ולימודי חשיבה הכרתית (שיטת ימימה).

מרצה: ד"ר דינה אייזן, מרצה בנושאי בריאות, שמחת חיים וחשיבה אופטימית.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שלישי 11:00-12:30

באולם המופעים במתנ"ס.

עלות לסדרה: 400 ש"ח, עלות הרצאה בודדת: 65 ש"ח.

תאריכים ונושאים:

11.12 היכרות עם גופנו

כיצד פועלים הדברים מתחת לפני העור.

18.12 המערכת האוטונומית - איך להחליף את תגובת "הילחם או ברח" ב"תרפה ותתרפא".

1.1 למה אנחנו חולים? ואיך אנחנו מבריאים?

8.1 האדונים שבחיינו

עונג וכאב ואיך להפחית מסמכותם.

15.1 מה אפשר ללמוד מהתמכרויות ומהם עקרונות הגמילה.

22.1 לשמור על הגוף מכוחה של הנפש

איך חוסן נפשי מחזק את מערכת החיסון.

29.1 לשמור על הנפש מכוחו של הגוף

מה עושה לנו פעילות גופנית ואיך תנוחות הגוף משפיעות על מצב הרוח.

5.2 כוחן של מערכות יחסים והשפעתן על בריאותנו.



בשביל המוח - העתיד כבר כאן

כיצד הטכנולוגיה העדכנית רתומה לשירות המחקר ולשיפור התפקוד המוחי. **מרצה:** ד"ר רועי תירוש, רופא, מרצה בחקר המוח.

מספר מפגשים: 8 **מועד:** ימי שלישי 10:30-12:00

באולם המופעים במתנ"ס.

עלות לסדרה: 400 ש"ח, עלות הרצאה בודדת: 70 ש"ח.

תאריכים ונושאים:

9.10 ממהפכה טכנולוגית למהפכה בחקר המוח

האמצעים הטכנולוגיים שאפשרו התקדמות ופריצת דרך בהבנת פעילות המוח.

16.10 ארגון הכלים לשיפור התפקוד המוחי

האמצעים הטכנולוגיים לשיפור זיכרון, למידה, רגש ואופן פעולתם.

23.10 ביוטכנולוגיה ומוח פריצות דרך המערבות

טכנולוגיה ביולוגית עם דגש על המוח.

30.10 מרשת עצבית לרשת חברתית

דרכי הפעולה של המוח המאפשרות יצירה של טכנולוגיה מתקדמת.

6.11 טכנולוגיה מתקנת מוח

פיתוחים טכנולוגיים המאפשרים זיהוי וטיפול במצבים שעד לא מכבר נחשבו כחשוכי מרפא.

13.11 המוח הרובוטי האם עידן הרובוטים מגיע

לפרקו? האם נוכל לשכפל מודעות?

20.11 טכנולוגיה נגישה לשיפור הריכוז והזיכרון

עולם האפליקציות המאפשרות שיפור ניכר בתפקוד המוחי, ביכולות הריכוז והזיכרון.

27.11 מוח וטכנולוגיה, העתיד לאן?

טלפתיה, מודעות קולקטיבית, טלקינזיס, השתלת זיכרונות, החלפת אישיות ועוד.



שיטת פאולה

התעמלות טיפולית של הפעלת שרירים טבעתיים רצוניים באמצעותם ניתן להפעיל שרירים בלתי רצוניים בגופנו ובכך לשפר את תפקודם של האברים הפנימיים.

שיטת פאולה מסייעת בחיזוק הסוגרים, שיפור הנשימה, שיפור מערכת העיכול, גמישות ותחזוקה שוטפת של הגוף. השיעור נערך בדרך כלל בשכיבה על מזרון ולפעמים גם בעמידה ובישיבה.

מחייב תרגול בבית.

כמות המשתתפות מוגבלת.

מנחה: שולה וייסקופף, מורה לשיטת פאולה.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי חמישי בשעה 10:00, בסטודיו למחול, קומה 1 של בניין "מועדון אביב".

תאריכים: 11.10, 18.10, 25.10, 1.11, 8.11, 15.11, 22.11, 29.11

עלות לסדרה: 200 ₪



קורס מיינדפולנס

מודעות קשובה להפחתת סטרס ולחץ

לימוד ואימון שיטתי של מיינדפולנס - היכולת לראות ביתר בהירות את דפוסי התודעה, להאט ולעצור חשיבה

ורגשות שליליים שעלולים להתלוות למצבים של כאב גופני או נפשי ולהביא לשיפור בחוסן הנפשי וביכולת הכלה של מצבים קשים. שיטה זו יכולה לסייע בהתמודדות עם כאב, מחלות סופניות, חרדה, דיכאון ו"חוסר אושר יומיומי". הקורס בנוי מלמידה בכיתה ואימון של 30-45 דקות ביום.

כמות המשתתפים מוגבלת.

מנחה: ערן הרפז, מנחה מדיטציה ומיינדפולנס.

מספר מפגשים: 9 (8 של 2.5 שעות ו-1 של 6 שעות)

מועד: ימי שלישי בשעה 10:00-12:30

בסטודיו למחול, קומה 1 של בניין "מועדון אביב".

תאריכים: 30.4, 7.5, 14.5, 21.5, 28.5, 4.6, 11.6, 18.6, 25.6

עלות לסדרה: 600 ₪

סיורי ליקוט עונתיים

נצא לטבע בסביבתנו הקרובה, נלמד איך להכניס לחיינו טעמים חדשים מצמחי בר ואת סגולותיהם הרפואיות. נזהה את הצמחים ואת החלקים האכילים. כל מפגש יסתיים בארוחה משותפת, פרי עמלנו, מהצמחים שליקטנו. **כמות המשתתפים מוגבלת.**

מנחה: יעל עתיר, מדריכת לקטים, מטפלת בצמחי מרפא.

מספר מפגשים: 4 **מועד:** ימי שני בין השעות 9:00-13:00 **עלות לסדרה:** 200 ₪, מפגש בודד: 70 ₪

תאריכים ונושאים:

29.10 קיץ סתיו - נפגוש את פירות היער הארץ ישראלים. אורנים, אלונים, צבר, שומר וחרדל.

24.11 סתיו חורף - ליקוט נבטי בר למאכל ולמרפא. זיהוי נבטים ושילובם בתזונה היומיומית.

25.2 חורף - חגיגה של עלים ירוקים! נכיר אותם ואת סגולותיהם הרפואיות.

8.4 אביב - נכיר את קטניות הבר השונות ואת הדגנים. נהנה מהפריחה של התורמוס, הכליל, החרצית, הקידה והחמצץ. נלמד לאכול קוצים ונשלב את הטעם המר בתפריט שלנו.



קולנוע בתבור - עולמות קסומים בראי הקולנוע

צפייה מונחית בסרטי קולנוע, היכרות עם ז'אנרים וסגנונות קולנועיים מגוונים, הדגמת מרכיבי השפה הקולנועית, זרקור על יוצרי קולנוע מובילים ומשמעותיים בישראל ובעולם.

פתיח קצר לפני הסרט ובסיומו - דיון וסיכום.

מרצה: עופר קדר

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שני (אחת לחודש) בשעה 10:00 באולם המופעים במתנ"ס.

עלות לסדרה: 200 ₪, מפגש בודד: 30 ₪

תאריכים ושמות הסרטים:

22.10 "האומנות בזבל" - דוקומנטרי, ברזיל/ארה"ב, 2010

הבמאית מפגישה חבורת אנשים עניים מברזיל, הממיינים זבל למחזור לפרנסתם, עם אמן נודע המדריך אותם ליצור מתוך הזבל, ובכך מראה את כוחה של היצירה להביא כבוד לכל בן אנוש.

12.11 "אנשי התחנה" - ארה"ב, 2003

העלילה מתמקדת בגבר בן שלושים - גמד, שתחביבו העיקרי הוא רכבות. כאשר הוא נאלץ לעבור לגור בתחנת רכבת זנוחה ונפגש עם דמויות בודדות נוספות מתרחש מהפך בחייו.

17.12 "לשון הפרפר" - ספרד, 1999

קשיי קליטה בביה"ס של ילד בכיתה א' נפתרים בעזרת המורה שלו וחבריו, על רקע המציאות השסועה בספרד של שנות ה-30, שמערערת את חייו ומשפחתו.

14.1 "הסוכן" - אירן, 2016

זוג צעיר מאירן נאלץ לעזוב את דירתו בעקבות עבודות תשתית מסוכנות. בדירה אליה הם נאלצים לעבור מתרחש מקרה נוראי, שמשנה באופן דרמטי את חייהם.

11.2 "וינסנט רוצה לים" - גרמניה, 2010

מסע של בחור צעיר הסובל מתסמונת טורט ושני חבריו הסובלים גם הם מהפרעות, אל מעבר להרים וליים, מאלץ אותם להתמודד בפעם הראשונה בחייהם עם בעיות של מישוהו אחר מלבדם.

11.3 "איילים" - איסלנד, 2015

בקהילה חקלאית קטנה באיסלנד חיים שני אחים מסוכסכים. מחלה קטלנית תוקפת את העדרים בעמק ושני האחים צריכים לשתף פעולה כדי להגן על מה שבאמת יקר להם - הכבשים.

6.5 "לחזור הביתה" - סין, 2014

בעיצומה של "מהפכת התרבות" בסין, משפחה נאלצת להיפרד. שנים לאחר מכן, האב משתחרר מהכלא, שב הביתה ומגלה שאשתו, הסובלת מאמנזיה קשה, לא מצליחה לזהות אותו.

3.6 "פיגומים" - ישראל, 2017

נער הלומד בכיתה מיוחדת, עוזר לאביו בעבודות בניין ופיגומים. מורה חדש, מעודד אותו לסיים את הלימודים ונותן לו פתח להשתנות. **מפגש סיום חגיגי כולל הרצאת אורח של אחד מיוצרי הסרט.**



סדנת כתיבה יוצרת - בקול טבעי

הרפתקת כתיבה חווייתית המכוונת לאיתור הקול הטבעי שלנו. במהלך הסדנא נשחרר את היד הכותבת ואת הראש ונכתוב לפי תרגילים ומילות מפתח. בסדנא נשתמש בכתיבה חופשית המביעה את תגובתו החופשית, המקורית והמיוחדת של האדם. נקרא ונדון בטקסטים ספרותיים, סיפורים ושירים ונכתוב בהשראתם. הסדנא מתאימה לבעלי ניסיון בכתיבה וכותבים חדשים כאחד.

מנחה: טלי וייס, משוררת, עורכת ספרים, מנחה לכתביה יוצרת, בעלת תואר שני בספרות.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי ראשון בשעה 11:30, ב"מועדון אביב".

עלות לסדרה: 200 ₪

תאריכים: 10.2, 17.2, 24.2, 3.3, 10.3, 17.3, 24.3, 31.3



בנוף המילים - סרטים מספרים על יוצרים

יוצגו מיטב הסופרים והמשוררים בישראל.

מרצה: עמרי ליאור, יוצר הסרטים,

בעל תואר בקולנוע וספרות עברית.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שלישי

בשעה 18:00 במועדון אביב.

עלות לסדרה: 200 ₪, מפגש בודד: 30 ₪

תאריכים ושמות הסרטים:

6.11 חיים גורי "אני מלחמת אזרחים" (57 דקות)
המשורר, הלוחם, העיתונאי והקולנוען, זוכה פרס ישראל. תקופות שונות בחייו ונקודות ציון משמעותיות בשירתו.

20.11 יהודית הנדל "כח המילים" (50 דקות)
קרבתה וגעגועיה לאמה והדרך אשר עשתה מילדותה אל הכתיבה.

01.01 אהרון מגד "החורט במילים" (61 דקות)
חייו ויצירתו של חתן פרס ישראל לספרות הלוקח אותנו אל מקומות משמעותיים בחייו אשר היוו בסיס חשוב ליצירותיו.

29.01 יונת ואלכסנדר סנד "דועט" (48 דקות)
על כתיבתם המשותפת העוסקת בסיפור העם היהודי בדור השואה ובכיבוש השממה.

26.02 אמנון שמוש "הרועה במילים" (55 דקות)
מספר על ביתו בסוריה, ילדותו בתל אביב, חייו בקיבוץ והיותו סופר. על קורותיו עם אישתו אשר חלתה באלצהיימר.

26.03 טוביה ריבנר "שירה מעומק השדה" (55 דקות)
מספר את קורות חייו ומתאר את דרכו אל השירה והצילום.

14.05 נידאא חורי "קריאה לשתיקה" (40 דקות)
בוחנת את חייה דרך זיכרונות הילדות, מציגה את רצונה וחלומותיה לשינוי מעמד האישה הערבייה ובכלל.

11.06 א. ב. יהושע "קרא לי בולי" (60 דקות)
חתן פרס ישראל לספרות, מספר על ילדותו, על תהליך כתיבת סיפוריו, ועל חשיבות התחקיר ועיצוב הדמויות בספריו.





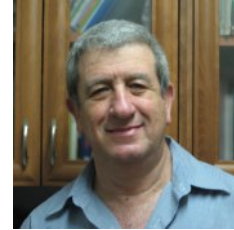
נשים מנהיגות

הקשיים איתם התמודדו נשים מרכזיות שהצליחו להגיע לעמדות מפתח ביישוב היהודי בסביבה גברית טיפוסית.
מרצה: מורן גלאון, חוקר מושבות הגליל, מדריך טיולי תוכן.
מספר מפגשים: 8

מועד: ימי ראשון 18:00-19:30 במועדון אביב.
עלות לסדרה: 200 ₪ הרצאה בודדת: 30 ₪

תאריכים ונושאים:

- 5.5 **המהפכנית מניה שוחט** - הקימה את הקולקטיב הראשון, ממנהיגות ארגון 'השומר', גדוד העבודה והקיבוץ החשאי.
- 12.5 **ראשונה בין שווים, רחל ינאית בן צבי** - ממיסדות הגימנסיה העברית רחביה ומועצת הפועלות. חברת פועלי ציון שנישאה ליצחק בן צבי והקימה את חוות הלימוד בתלפיות.
- 19.5 **אם הפועלות חנה מייזל** - מייסדת חוות העלמות ובית הספר החקלאי בנהלל. מאבקה העיקש להקניית השכלה חקלאית לנשים והשפעתה על דור שלם של נשות חינוך.
- 26.5 **אם הילדים הנרייטה סאלד** - מייסדת ארגון הדסה וארגון עליית הנוער. מנהיגה בולטת ואשת חינוך שהקדישה את חייה לעזרה לבני נוער בעלייה לארץ.
- 2.6 **מנהיגת ניל"י שרה אהרונסון** - אישה בודדה בארגון מחתרת כנגד הצבא העות'מני. ילדותה, נישואיה הכושלים וסופה הטרגי.
- 16.6 **המפקדת עדה סרני** - ארגנה את המוסד לעלייה ב' באיטליה. אשתו של אנצ'ו סרני. חוותה אסונות רבים איתם התמודדה בגבורה. זכתה בפרס ישראל.
- 23.6 **האישה הראשונה, גולדה מאיר** - מזכירת הוועד הפועל של ההסתדרות, שרה בממשלות ישראל. ילדותה הקשה ברוסיה, הגירתה לארה"ב והצטרפותה לתנועת העבודה.
- 30.6 **הפמיניסטית הראשונה, ציפורה זייד** - הלוחמת האמיצה שפעלה לקידום מעמדן של נשות 'השומר'. נישואיה לאלכסנדר זייד והקדשת חייה ליצירתו של מיתוס אלכסנדר זייד.



סוגיות ופרשיות בביטחון ישראל

ההרצאות כוללות גילויים חדשים, סרטים באורך שונה ומצגת שקפים.
מרצה: ד"ר אל"מ (מיל) משה אלעד
מספר מפגשים: 8

מועד: ימי ראשון 18:00-19:30
 במועדון אביב

עלות לסדרה: 200 ₪ הרצאה בודדת: 30 ₪

תאריכים ונושאים:

- 7.10 **מלחמת ששת הימים (1967)** כנקודת מפנה בהיסטוריה של מדינת ישראל
- 14.10 **פרשת קיביה 1953**
- 21.10 **סוגיות ביטחוניות: ישראל בין '67 ל-'73**
- 28.10 **פרשת כפר קאסם 1956**
- 4.11 **סוגיות ביטחוניות: סוריה 2018** - תמונת מצב
- 11.11 **פרשת אוטובוס הדמים 1978**
- 18.11 **סוגיות ביטחוניות: לבנון 2018** - תמונת מצב
- 25.11 **"הצגת תכלית" - פרשת חיסולו של חליל אל וזיר (אבו ג'יהאד)**



החיים בגטו

נסיבות הקמתם, חיי היומיום בגטאות השונים. תפקידי היודנראטים והמשטרות, שהותירו דילמות ערכיות ומוסריות. מלאכת התייעוד שנעשתה, היצירה התרבותית והחיים בצל ההשמדה.

נפגוש מסמכים מקוריים מהתקופה, עדויות, דילמות וקטעי תיעוד ויזואליים.

מרצה: עידית פרי, תואר שני בהיסטוריה, מרצה בתחומי השואה.

מספר מפגשים: 9

מועד: ימי ראשון 18:00-19:30 במועדון אביב

עלות לסדרה: 200 ש"ח הרצאה בודדת: 30 ש"ח

תאריכים ונושאים

16.12 הרקע האידיאולוגי והפוליטי ליצירת הגטו

תגובת האוכלוסייה היהודית לגזירת הגטו ויחס האוכלוסייה הכללית לבידוד היהודים.

23.12 גטו ורשה - הגטו הגדול ביותר. אישיותו של

ראש היודנראט, ייחודו ביחס לגטאות אחרים.

30.12 גטו ורשה חלק שני - הדילמות שליוו את

הכלואים, חיי המשפחה בצל הרעב והמחלות.

עדויות שכותביהם לא שרדו, תמונות שצולמו,

קטעי סרטים שצילמו הנאצים.

6.1 גטו לודז', הגטו ששרד את

הזמן הארוך ביותר - מיקומו

המיוחד, התארגנות האוכלוסייה, התרבות שנוצרה בתוכו והמחויבות בתייעוד לדורות הבאים.

13.1 גטו לודז' חלק שני - דמותו

של ראש היודנראט, מערכת יחסיו עם הנאצים, הכרעותיו האישיות אל מול גזירת הגירוש והאופן בו הנהיג את הגטו.

20.1 גטו קובנה - גטו שקם בתוך

מציאות הפתרון הסופי. המפגש ילווה בצילומים נדירים, בתייעוד ובאיורים שצויירו בימי הגטו.

27.1 גטו וילנה - הוקם לאחר שכבר שליש מיהודי

העיר נרצחו בבורות ההריגה בפונאר. בתוך הגטו צומחת תרבות וישנו ויכוח, האם נכון לקיים תרבות בבית קברות.

3.2 גטו טרזין - הגטו המערבי ביותר במשטר

הכיבוש הנאצי. נסיבות הקמתו. השוני בהתארגנות הפנימית מהגטאות האחרים והתייעוד המרתק שנשאר ממנו.

10.2 מפגש סרט - הקרנת סרט ושיחה, פרטים

מסרו בהמשך.



ארכיאולוגיה של ארץ ישראל מאינדיאנה ג'ונס עד דוד המלך

מרצה: גלעד יפה, ארכיאולוג ומרצה בנושאי ארכיאולוגיה.
מספר מפגשים: 8

מועד: ימי ראשון 18:00-19:30 במועדון אביב
עלות לסדרה: 200 ₪ הרצאה בודדת: 30 ₪



תאריכים ונושאים:

17.2 אינדיאנה ג'ונס המקורי -

מונטי פרקר והחיפוש אחרי ארון הברית
הסיפור האמיתי והלא יאומן של משלחת החפירות
הארכיאולוגית שחיפשה את ארון הברית מתחת
להר הבית בירושלים.

24.2 ארמונות, שוורים ויורדי ים -

התרבות האגאית

מי היו האגאים? נבדוק את אמיתותו של סיפור
המינוטאור והמבוך, והאם באמת היתה מלחמה כל
כך עזה בטרואה.

3.3 מרד היהודים הרומאי - העדות הארכיאולוגית

כיצד עומדת העדות הכתובה מאותה תקופה מול
הממצא הארכיאולוגי בשטח כפי שנחשף באתרים
כמו גמלא ומצדה.



10.3 משיח בן דוד? - הארכיאולוגיה של ישו

דרך הארכיאולוגיה והשרידים נגלה מי באמת היה
ישו, באיזה עולם הוא חי ומה באמת קרה בא"י
באותה תקופה.

17.3 זה אמיתי זה? -

120 שנות זיופים ארכיאולוגים

הסיפורים הכי מדהימים על הזיופים הכי מדהימים
בהיסטוריה של הארכיאולוגיה.

24.3 תרבות מצרים, לא רק פירמידות

הממצאים העתיקים ביותר ממצרים ומה בדיוק
קרה שם לפני ואחרי שיא תקופת הפרעונים
הפירמידות?

31.3 בין זיכרון למלחמה -

הארכיאולוגיה של מלחמות העולם

השילוב של ארכיאולוגיה והיסטוריה באתרים
מודרניים בשדות קרב מניב תוצאות מרשימות
השופכות אור חדש על סיפורים מוכרים.

7.4 הארכיאולוגיה של המקרא -

האם יש אמת בסיפורי דוד ושלמה?

האם הממלכה הגדולה והמפוארת עליה שמענו
בתנ"ך היתה אמיתית, או שאולי הארכיאולוגיה
מספרת לנו סיפור אחר?



רואים עולם

הרצאות המשלבות צילומים מרהיבים, חוויות אישיות ומידע מעמיק ממסעות אל מקומות שאליהם בד"כ אין גישה לנוסע הישראלי.
מרצה: נפתלי הילגר, צלם ומרצה.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שלישי 18:00-19:30 (אחת לחודש), במועדון אביב
עלות לסדרה: 200 ₪ הרצאה בודדת: 30 ₪



תאריכים ונושאים:

30.10 צפון קוריאה, החיים בבועה
 המדינה המסוגרת בעולם, נרים את המסך ונבין את הנסתר מאחורי הגלוי.

18.12 הפרדוקס האיראני
 מסע לפרס העתיקה ואיראן העכשווית.

22.1 מה שלא ידענו על סעודיה - הרים ומדבריות, ערים עתיקות ומטרופולין פוסט מודרני, הסיבות לשינויים הדרמטיים שמרעידים את סעודיה.

19.2 תימן, סיפור אישי
 כפרים ציוריים על פסגות צוקים בנוף עוצר נשימה, אדריכלות מרהיבה, שווקים ססגוניים של תבלינים, רובים ותכשיטים.

12.3 אלסקה הפראית: כתר היבשת
 נופים פראים בעקבות מגלי עולם, רודפי בצע והרפתקנים רומנטיים שמאסו במוסכמות החברתיות, ביקור בקהילה היהודית הצפונית בתבל.

9.4 מרכז אמריקה - על החיים ועל המוות - מסע בעקבות בני המאיה. בין סלסה, סיאסטה וסמים. השפעת תפיסות תרבותיות עתיקות על מלחמת האזרחים המקסיקנית העכשווית.

21.5 התבלין היהודי, קהילות נעלמות בין ג'רבה לקובה - מסע חיפוש אחרי זהות ושייכות.

18.6 אתרי אונסק"ו, מסע בעקבות האתרים היפים בעולם - אדריכלות החימר בדרום תימן ובמאלי, שוק החתונות של שבט המונגים בלאוס, מסע לקמציטקה, שבה הבריאה עדיין בעיצומה.





החוויה הקלאסית

סדרת הרצאות של מוזיקה קלאסית בגובה העיניים בנושאים מגוונים. **מרצה:** ירון קרשאי, מרצה למוזיקה קלאסית. **מספר מפגשים:** 8

מועד: ימי חמישי 11:00-12:30, במועדון אביב **עלות לסדרה:** 200 ש"ח הרצאה בודדת: 30 ש"ח

תאריכים ונושאים:

16.5 קסם הוואלס - הוואלסים היפים של המוזיקה הקלאסית והרומנטית.

23.5 רוח לטינית - מיטב הפולקלור הקלאסי מספרד ודרום אמריקה.

30.5 מארשים וניצחונות מפורסמים חגיגה של מוזיקה קצבית, מהנה, מוכרת וסוחפת.

6.6 רגעי פסנתר - מיטב המוזיקה הקלאסית והרומנטית לפסנתר סולו.

13.6 הסרנודות היפות במוזיקה מתקופת הבארוק ועד למאה העשרים.

20.6 רוח צוענית מיטב הפולקלור הקלאסי מאירופה ורוסיה.

27.6 מחולות מסביב לעולם הרצאה ססגונית מבחינה מוזיקלית וויזואלית כאחד.

4.7 מלכות במוזיקה נשים פורצות דרך בביצוע המוזיקלי.



הסוד של השירים הישראליים

נאזין, נשיר ונשוחח על מיטב שירי הארץ. נלמד את סיפורם ואופיים הייחודי, נכיר את המחברים המופלאים שיצרו אותם ונראה כיצד הם קשורים בקשר עמוק בתולדותיה של המדינה, מראשיתה ועד ימינו. **מרצה:** ד"ר מוטי אדלר, חוקר ומרצה למוזיקה, מורה לפסנתר.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שלישי, 18:00-19:30 במועדון אביב **עלות לסדרה:** 200 ש"ח מפגש בודד: 30 ש"ח

תאריכים ונושאים:

9.10 "הסוד של השירים הישראליים" על התכונה הייחודית שלהם שאין לאף עם אחר בעולם.

23.10 "נפש הומיה" על סיפורו המופלא של ההמנון הלאומי.

27.11 "אתם זוכרים את השירים" ההיסטוריה המוזיקאלית של ישראל.

8.1 "אקליפטוס ברוח" - נופי הארץ בשירים.

5.2 "אוהב אותך הלילה" על שירי אהבה ישראליים.

2.4 "פרחים בקנה ובנות בצריח" שירי מלחמות והלהקות הצבאיות.

28.5 "אח יא רב יא רב" על מפגש התרבויות בזמר העברי.

25.6 "הכניסיני תחת כנפך" על המשוררים הגדולים בזמר העברי.





לחוות, לשמוע ולהתרגש

מפגשים מוסיקליים
מרתקים בשילוב קטעי
נגינה מלווים בהסברים
ודו שיח עם הקהל.
מנחה: נגה ישורון,

בוגרת האקדמיה למוסיקה תל אביב, נגנית
ראשונה בתזמורת הסימפונית חיפה.
נגן אורח: ולדימיר שמואלסון - כינור וויולה.
מספר מפגשים: 8
מועד: ימי רביעי 18:00-19:30 במועדון אביב
עלות מפגש: 10 ₪

תאריכים ונושאים:

- 10.10 "בין הקיץ לסתיו"**
קיץ מתוך עונות השנה של ויואלדי, קיץ מאת
מוצרט, סתיו במחזות זמר ושירי סתיו כחול לבן.
- 28.11 "רגע אינטימי עם הפסנתר"**
יצירות מאת שופן, שוברט, באך, ויוני רכטר.
- 12.12 "הויולה והבסון" - מיצירות שומן, בנדה,
אקולאי ולקינח שירי חנוכה ואור.**
- 23.1 "רומנטיקה רוסית"**
מיצירות קורסקוב, צ'ייקובסקי, בלקירב ועוד.
- 27.3 "פוליפוניה מרהיבה" - קונצרט בארוק,
בביצוע אותנטי. מיצירות קורלי, טרטיני, באך
ושירים ישראלים בעיבוד פוליפוני מדהים.**
- 10.4 "קול העם והאדמה"**
מוסיקה עממית מסביב לעולם.
- 29.5 "האדם תבנית נוף מולדתו"**
כיצד משפיעים האקלים והטבע על יצירת האומן.
מיצירות מנדלסון, גריג, דביוסי ומרק לברי.
- 26.6 "סיום מרגש" - ויולה, בסון, כינור ופסנתר.
הרבה הפתעות לסיום השנה.**



זמר שכזה

סדרת ערבי זמר על ענקי הזמר הישראלי לאורך
השנים עם ליאורה בלוך תמיר, סוף סלע ואורחים
נוספים.

מספר מפגשים: 8
מועד: ימי חמישי, 20:00 במועדון אביב.
עלות לסדרה: 200 ₪ מפגש בודד: 30 ₪

תאריכים ונושאים:

- 25.10 זה הזמר שלי ושלך - צמד הפרברים
בהשתתפות הגיטריסט ונגן הבוזוקי נרי רבי.**
- 15.11 רק הד קולך**
השירים היפים והאהובים של נחום היימן.
- 13.12 סימן שאתה צעיר**
שיריו הבלתי נשכחים של יוסי גמזו בהשתתפות
הנגן אהוד גולדיק ושלל כליו.
- 24.1 שושנת תימן**
שיריה של מלכת הזמר העברי שושנה דמארי.
- 14.2 באופן מיוחד - ערב יוצא מן הכלל
בהשתתפות אורחים מיוחדים.**
- 14.3 שיר במתנה - שיריה הנפלאים של זמרת
העל חווה אלברשטיין, בהשתתפות אייל מלכנסון
והצ'לו, ואפרת תענך והחליל.**
- 11.4 יש לי שיר - המלחין מוני אמריליו ושיריו.**
- 16.5 תמיד עולה המנגינה**
יורם טהרלב - השירים והסיפורים.



מסע בשביל התנ"ך

מסע בספרות החכמה מספר איוב ועד סיום התנ"ך. חלק הכתובים הוא החלק הפחות נלמד בתנ"ך. עיון בפרקי ספרות החוכמה דרך חמש מגילות, ספרות שיבת ציון וחתימת התנ"ך. מומלץ להביא תנ"ך מלא.
מרצה: הרב ד"ר בנימין לאו.
מספר מפגשים: 8
מועד: ימי רביעי 16:30-18:00
 באולם המופעים במתנ"ס.
עלות לסדרה: 400 ₪ הרצאה בודדת: 65 ₪

תאריכים ונושאים:

- 28.11 ספר משלי**
קליטת ודחיית ספרי החכמה בתנ"ך.
- 26.12 ספר איוב**
מקומו של השטן במסורת ישראל.
- 16.1 מגילת שיר השירים**
על החול ועל הקודש בשירת המקרא.
- 20.2 מגילת אסתר**
הפרודיה והריאלי בסיפור המגילה.
- 27.3 ספר דניאל**
ספרות אפוקליפטית שנכנסה למקרא
- 3.4 ספר דברי הימים**
על הנראטיב ההיסטורי של שבי ציון.
- 15.5 ספר דברי הימים ב'**
נביאים שנבראו בספר דברי הימים.
- 5.6 סיום קריאת התנ"ך - התנ"ך במבט כולל.**
פערי נוסח בין ספר דברי הימים לספרי הנביאים. גיבוש 24 ספרי התנ"ך לקובץ המקודש. מה הותר ואושר ומה הודר ולמה.



אינטרפול ופשיעה בינלאומית

הרצאות בליווי קטעים מסרטים וסרטונים מפעילות משטרתית ברחבי העולם. מגוון פעולותיו של האינטרפול והדרך בה הוא מסייע למשטרות העולם במאבקם בפשע.
מרצה: עו"ד ענת גרנית, ניצב משנה בדימוס, שירתה כראש אינטרפול ישראל ונספחת המשטרה בפריס.
מספר מפגשים: 8
מועד: ימי חמישי 11:00-12:30 במועדון אביב.
עלות לסדרה: 200 ₪ הרצאה בודדת: 30 ₪

תאריכים ונושאים:

- 7.2 אינטרפול - פנטזיה מול מציאות**
הכרת הארגון, דרכי פעולתו, סוגי הודעות.
- 14.2 הסגרה, מישראל ולישראל - חוק ההסגרה,**
והמצב בישראל לעומת מדינות אחרות.
- 21.2 פשיעה נשית, האם יש לה מאפיינים מיוחדים -** אחוזי פשיעה בארץ ובעולם.
- 28.2 נעדרים בארץ ובעולם**
כיצד מתמודד האינטרפול עם הבעיה.
- 7.3 זיהוי פורנזי - מטביעות אצבע ועד ה-DNA**
(פרשיית רצח תאיר ראדה).
- 14.3 המוח היהודי ממציא לנו פטנטים**
על עבריינים יהודים בצרפת (הונאת המאה, ארנו מימרן)
- 28.3 האם ישראל מהווה ארץ מקלט לעבריינים?**
פרשת סמואל שיינבוים.
- 4.4 על עבירת רצח,** והאם ניתן להרשיע ברצח ללא גופה.



אמהות, בנות ונשים במקרא (1+2)

יתקיימו 2 סדרות
ברצף.

ניתן להירשם ל-2 הסדרות או רק
לסדרה אחת מהשתיים.

ספרות המקרא כתובה ברובה ע"י
גברים, מיועדת להם ומקדמת מטרות
גבריות. הנשים לרוב מופיעות כדמויות
משנה, כפרי התבוננות גברית.

במהלך המפגשים נעסוק במעמדן
החברתי והמשפטי של הנשים בחברה
פטריארכלית.

נצביע על נקודות מבט לא ממסדיות
ואף חתרניות בהקשר הנשי. נבחן
מערכות יחסים בתוך המשפחה - בין
נשים לבעליהן, בין אימהות לבנים
ולבנות ואת מעמדן של הבנות בחברה.
נאתר סוגיות עקרוניות עמן התמודדו
כותבי הטקסטים. הלימוד ילווה
בטקסטים מתחומי דעת שונים.

מנחה: הדס עטיה-פרידמן,
תואר שני במקרא.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי חמישי,

11:00-12:30 במועדון אביב.

עלות לסדרה: 200 ₪,

הרצאה בודדת: 30 ₪

תאריכים סדרה 1: 11.10, 18.10, 25.10,

1.11, 8.11, 15.11, 22.11, 29.11

תאריכים סדרה 2: 13.12, 20.12, 27.12,

3.1, 10.1, 17.1, 24.1, 31.1



תרבות היהדות החילונית

נבחן באמצעות טקסטים ואמנות את
התרבות שבמסגרתה אנו חיים ויוצרים:
מהם מקורות העושר שלה ומהם אתגריה?
מרצה: רותי בידץ, רבה חילונית, מוסמכת
על ידי "תמורה - רבנות ישראלית".

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שלישי 11:00-12:30, במועדון אביב

עלות לסדרה: 200 ₪, הרצאה בודדת: 30 ₪

תאריכים ונושאים:

12.2 על חיים, על יהודים, יהדות ומה שביניהם
"צורות-החיים העיקריות של היחיד והאומה לא מפי הדת הן
ניזונות וחיות" (יוסף חיים ברנר).

19.2 על מסירתה של תורה, יהדות כמסע של שינוי מתמיד
"מִשֶׁה קָבַל תּוֹרָה מִסִּינַי, וּמִסֶּרָה לְיִהוֹשֻׁעַ, וַיְהוֹשֻׁעַ לְזִקְנִים"
(הפתיחה של המשנה, מסכת אבות).

26.2 שפינוזה, ניטשה, אחד העם: הבסיס הפילוסופי של החילון - "לא אוכל לתמוה דיי על שרוצים לשעבד את התבונה, היקרה במתנות ואור אלוהים, לאותיות מתות" (ברוך בנדיקטוס שפינוזה).

12.3 על כאבי הפרידה של החילוניות ועל חלונות הנפתחים אל הרוח - "וּכְעֵין תְּפִלָּה, בְּקֶשֶׁה וְחֶרֶדָה כְּאַחַת, שְׂמֵעָה אֲזַנִּי בְּכִיָּה הַחֲרִישִׁית הַהֵיאָ" (חיים נחמן ביאליק).

19.3 על תפקידה של הלאומיות בתרבות היהדות החילונית
"התפתחות טבעית" ב"מרכזה ההיסטורי" של היהדות: כך מתאר אחד העם את הציונות.

26.3 היכרות עם הגיבורים הראשיים: אלוהים והאדם היהודי/ה בתרבות שלנו - למי פונה לאה גולדברג השרה "לְמַדְנִי, אֱלֹהִי, בְּרֶךְ וְהַתְּפַלֵּל?"

2.4 על מוסר חילוני והומניזם - "כִּי עוֹד אֲאָמֵן גַּם בְּאֲדָם, גַּם בְּרוּחוֹ, רוּחַ עוֹז" (שאול טשרניחובסקי).

9.4 חגים עבריים ביישובי הגליל בראשית הציונות והיום
"חוגו את חגי אבותיכם והוסיפו עליהם קצת משלכם" (חיים נחמן ביאליק).



תוכנת לייטרום להמשיך ליצור אחרי שצילמנו

הקורס מיועד לכל מי שמצלם ורוצה לעשות משהו עם התמונות שלו. התוכנה נפלאה לניהול

ספריות הצילומים ומאפשרת לעבד תמונות באופן ידידותי ביותר. מצטיינת במגוון רחב של כלים לניהול וארגון של תמונות, דירוג וסינון התמונות, יצירת אוספים. יצוא תמונות בפורמטים שונים, שינוי גודל התמונה, חותמת אישית ועוד. מאפשרת תיקוני צבע וחשיפה, שיפור חדות, ניקוי רעשים, תיקון סטיות עדשה, רישוש, ועוד. ידע בסיסי נדרש - ניהול וארגון קבצים ותיקיות במחשב, צילום במצלמת סטילס או סמארטפון, יכולת להעביר תמונות מהמצלמה לדיסק נייד ולמחשב. המשתתפים יקבלו דפי הדרכה להמשך תרגול בבית.

כמות המשתתפים מוגבלת.

מנחה: שושנה גנז **מספר מפגשים:** 10

מועד: ימי ראשון 16:30-18:00

בחדר מחשבים במועדון אביב

עלות לסדרה: 600 ₪

תאריכים: 4.11, 11.11, 18.11, 25.11, 16.12, 23.12,

30.12, 6.1, 13.1, 20.1



היצירות שכבשו את המוזיאונים הגדולים בעולם

מרצה: אורלי גונן,

מרצה לאומנות.

מספר מפגשים: 8

מועד: ימי שלישי 18:00-19:30

(אחת לחודש), במועדון אביב

עלות לסדרה: 200 ₪ הרצאה בודדת: 30 ₪

תאריכים ונושאים:

16.10 מוזיאון הלובר

בו מסתתרים מגוון סיפורים אישיים.

13.11 מוזיאון הפראדו

דמויות "פריק שואו" וסיפורים נועזים.

11.12 מוזיאון אופיצי - נשים

מיתולוגיות ואמיתיות מן היפות בעולם וגברים מרתקים.

15.1 מוזיאון ד'אורסה

פסל החרות הצרפתי, ארוחת הבוקר שזעזעה את בורגני פריז, האישה המסתורית שואן גוך העריץ והציור שכולם ניסו לחקות.

12.2 מוזיאון התיאטרון של סלבדור דאלי

מי היה סלבדור דאלי?

19.3 הגלריה הלאומית לונדון

הזוג שבחר להתחתן בחדר השינה, הציור עם הרמזים על בגידה של אישה בבעלה וסיפורים רבים נוספים.

30.4 המוזיאון לתולדות האמנות וינה

החתן שלא הופיע לחתונה באסם, הקולוסאום שהפך למגדל בבל, מארי אנטואנט כאייקון אופנה והציור שהחביא היטלר במכרה מלח.

4.6 מוזיאון המטרופוליטן

אוצרות מצריים, חדרי תענוגות רומים, וגם יצירות של בוטיצ'לי, ורמייר ופיקאסו.





מועדון צלמים - מבט אל עולם הצילום

מנחה: יפה כפיר, מורת דרך, צלמת, כותבת, מרצה.
מספר מפגשים: 16 (8 מפגשי כיתה + 4 סיורי צילום + 4 הרצאות אורח ודיון)
מועד: ימי ראשון 10:00-13:00 במועדון אביב
עלות לסדרה: 400 ₪ (לא כולל הדפסות לתערוכה, הסעה וכניסות בסיורים)
להתייעצות וקבלת חכנית מפורטת, מוזמנים לפנות ליפה כפיר 050-5462292

מתקדמים

מיועד לצלמים בעלי ניסיון (במצלמה או במכשיר הטלפון), שלמדו בעבר את יסודות הצילום או רכשו ידע.
בסיום הקורס: הקמת תערוכת צילומים.

תאריכים ונושאים:

14.10 מפגש היכרות - בין משתתפי הקורס והצצה אל מקורות ההשראה שלנו. דיון משותף בבחירת נושא לפרויקט אישי: מסע במילים וצילומים ודרכי הביטוי - ספר, סרטון, אלבום, אוסף תמונות....
מפגשי כיתה נוספים בתאריכים: 11.11, 23.12, 13.1, 27.1, 7.4, 5.5, 26.5.

במפגשי כיתה נעסוק בלימוד והעמקה בעולם הצילום - מה אנחנו בוחרים לצלם, מרחק וזווית צילום, צילום חברתי, ילדים, טבע ונוף, קומפוזיציה, אור, חשיפה ועוד.
 נערוך ביקורת צילומים - כולל שיתוף בהתקדמות בנושא האישי.

הרצאות אורח בתאריכים: 2.6, 14.4, 3.2, 21.10
סיורי צילום בתאריכים: 12.5, 24.3, 30.12, 28.10

מתחילים

לאוהבי צילום במצלמה או במכשיר הטלפון הסלולרי. הכרות עיונית ומעשית עם עולם הצילום, מפגש עם צלמים יוצרים, סיורי צילום, הקמת תערוכת צילומים. דרישה מקדימה - מיומנות בהורדת צילומים מהמצלמה/הטלפון הנייד אל המחשב וארגוןם בתיקיות במחשב, העתקת צילומים ל-DISK ON KEY ומשלוח קבצים במייל

תאריכים ונושאים:

7.10 תולדות הצילום במאות ה-19-20, הכרות עם המצלמה.
4.11 קומפוזיציה א' - יצירת סיפור בצילום, הפריים והחלוקה בתוכו, הולכת עין.
16.12 קומפוזיציה ב'
 צילום דומם. זוויות נמוכות, עדשות רחבות.
6.1 חשיפה לאור
 הצמצם, המהירות - ISO ויחסי הגומלין ביניהם.
20.1 צילום בתנועה
 כשהמצלמה נעה - כשהאובייקט נע.
31.3 צילום ורגש - צבעוניות, אתיקה בצילום.
28.4 צילום פורטרטים - דגשים טכניים, חזותיים ופסיכולוגיים בצילום פורטרטים.
19.5 צילום לילה
 מושגי יסוד בעיבוד תמונה ותוכנות עיבוד.
הרצאות אורח - בתאריכים: 2.6, 14.4, 3.2, 21.10
סיורי צילום - בתאריכים: 12.5, 24.3, 30.12, 28.10

סדרת טיולים - שביל ישראל

לאורך השביל נצעד ונעסוק בנושאים הקשורים בארץ ישראל. השביל מביא אותנו למקומות מוסתרים, מקסימים, נופים נפלאים ומספק לנו הרבה חוויות אישיות ומשותפות!

מיועד למיטיבי לכת!!!

מדריך: ראובן ארד, מדריך טיולים

מספר טיולים: 8

מועד: ימי שני אחת לחודש

עלות לסדרה: 600 ₪, עלות טיול בודד: 100 ₪

• לטיול של יומיים בחודש מרץ תהיה עלות נוספת (של יום טיול נוסף וליילה במלון, ע"ב חצי פנסיון)



קושי	ק"מ	פירוט	קטע	תאריך
בינוני	15	כפר משהד, הקפת גן לאומי ציפורי, מחלף המוביל, אלון הגליל, ומשם אל הכפר כעביה.	ממשהד לכעביה	8.10
בינוני-קשה (ארוך)	23	מכפר קיש, נרד לנחל תבור, נעלה במעלה רמת סירין, דרך חורבת סירין ועין אולם, עד מצפה אלות. נרד אל רמת יבנאל, נחל יעלה ונחל יבנאל, אל הירדן ואתר הירדנית.	מכפר קיש לירדנית	5.11
בינוני	13	נחל עמוד תחתון, קצת מים, הרבה מערות. נפנה דרך שטחי מטע אל עין נון והמושבה מגדל.	נחל עמוד תחתון	3.12
בינוני	12	מהמושבה מגדל, דרך ואדי חמאם אל מרומי הארבל. נתצפת על הכנרת, נמשיך לכיוון כפר חיטים, נסיים בעליה למושבה מצפה ובכניסה לטבריה.	ממגדל לטבריה עלית	7.1
בינוני-קשה	12	מחניון הפיתול לנחל מירון ואל נחל עמוד עליון. נלך לאורכו ונטפס על גדתו של הנחל.	נחל עמוד עליון	4.2
בינוני+ בינוני עם עליה קשה	18 10	ממנחת ערד, נרד אל נחל כנפן, נעבור דרך הקניון היפה שלו ונצא אל נחל חימר. לינה במלון בערד. למחרת ניסע לפתחו של המכתש הקטן, ביציאה נטפס במעלה עלי, המהווה את החלק הקשה של היום.	מערד לנחל חימר מכתש קטן	4-5.3
בינוני-קשה	14	נרד מהר יונה אל הוואדי ונחצה דרך הנוף להר דבורה עד לשיבלי. נעפיל אל מרומי התבור, ונרד מצדו השני.	מהר יונה לשיבלי	1.4
בינוני	12	טיול אחה"צ מחוף המרינה בהרצליה, דרך חוף תל ברוך והטיילת עד לרידינג. סיום מול גני התערוכה.	מהרצליה לתל אביב	13.5

טיולים ברחבי הארץ

תאריך	יום	יעד	מדריך/ה
3.9	שני	רמלה ואתריה	חנוך ויזר
15.10+29.10	שני	ירושלים - גבעת התחמושת, מנהרות הכותל	הדרכה מקומית
19.11	שני	כוכב הירדן, צמח, ירדנה	אסתר שמואלי סטפמן
25.12	שלישי	מסתורי המגילות הגנוזות בקומראן	אוריאל פיינרמן
21-22.1	שני-שלישי	דימונה וירוחם	"משקפת"
18.2	שני	צפון הנגב האדום	יוסי גולדברג
18.3	שני	עדות ודתות בחיפה	יוסי מעוז
29.4	שני	מישור חוף הכרמל	גלי נחום
20.5	שני	בעקבות מבצרים צלבניים בגליל העליון המזרחי	ענת פלד
17.6	שני	העמק הוא חלום על תעופה עברית	אבי משה סגל

טיולים קצרים (עד 13:00)

תאריך	יום	יעד	מדריך/ה
14.11	רביעי	חיפה-סטודיו לקרמיקה ארמנית ומוזיאון	הדרכה מקומית
31.12	שני	ראשית ההתיישבות בעמק יזרעאל	מורן גלאון
27.5	שני	טבריה בלילה - בעקבות ד'האר אל עומר	נפתלי מדר

*ייתכנו שינויים במועדי/יעדי הטיולים

הודעה על ביטול השתתפות עד יום חמישי שלפני הטיול (ללא חיוב), מאוחר יותר - הטיול יחויב במלואו. במקרים חריגים יתקבל זיכוי כספי עם הצגת אישורים רלוונטיים. מאחרים לא יהיו זכאים להחזר כספי.

טיולים לחו"ל

טיול לרוסיה - מוסקבה וסנט פטרבורג בחודש מאי/יוני 2019.

טיול לפורטוגל בספטמבר 2019.

יש כוונה לצאת למסע לפולין בעקבות השואה, המעוניינים מוזמנים לפנות לטובה כהן 053-9334955.

חוגים שנתיים



רוח וחומר



מסע של יצירה אמנותית והתבוננות עצמית, כי כל אחד יכול לצייר!!!
 הכרות עם חומרים שונים ושכניקות בציור. הבנה, טיפוח ועידוד תהליכי יצירה.
 הכרות עם טקסטים והעמקה בהם (שירי משוררים, קטעים מן המקורות ועוד...)
מנחה: ריקה רוסו סינה, מנחת קבוצות בשילוב אמנויות

עלות: 130 ₪ לחודש

מועד: ימי שני 16:30-19:30, אחת לשבועיים, במועדון אביב.

המחיר אינו כולל חומרים

מפגש ראשון: 15.10

ברידג' למתחילים



משחק קלפים מרתק המפתח את הזיכרון ומהווה מפגש חברתי מהנה. נכיר את חוקי המשחק ונלמד לנתח, לתכנן ולשתף פעולה עם השותף.

מנחה: זך עומר

עלות: 110 ₪ לחודש

מועד: ימי ראשון 16:30-18:00 ב"מועדון אביב"

מפגש ראשון: 7.10

ברידג' למתקדמים

מוזמנים להצטרף לקבוצת המתקדמים לשיפור טכניקות המשחק.

מנחה: זך עומר

מועד: ימי שני ב"מועדון אביב"

16:15-17:00 - תרגול, 17:00-18:30 - שיעור

עלות תרגול + שיעור: 150 ₪ לחודש

עלות שיעור בלבד: 110 ₪ לחודש

מפגש ראשון: 8.10



פרשת השבוע

בראי המציאות והתקופה

דיון קבוצתי מעמיק בתוכן פרשת השבוע והנושאים המרכזיים בה. המפגשים ללא אופי דתי ומתאימים לנשים וגברים.

מנחה: עמי אטד, תואר שני במחשבת ישראל
ללא עלות

מועד: ימי חמישי 19:00-20:30 במועדון אביב

מפגש ראשון: 4.10

חוגי התנועה יתקיימו בסטודיו למחול בבניין "מועדון אביב", קומה 1.

מחירים:

השתתפות בכל חוגי התנועה ללא הגבלה: 200 ₪ בחודש (170 ₪ בחודש למי שמשלם 1,000 ₪ ומעלה בסדרות)
2 חוגים / חוג אחד פעמיים בשבוע: 160 ₪ בחודש
חוג אחד פעם בשבוע: 110 ₪ בחודש

ריקודי עם (נשים וגברים)

ריקודי מעגלים בסגנון ארץ ישראלי.
מדריך: ניצן טריידל
מועד: ימי ראשון 10:00-11:30,
ימי רביעי 16:30-18:00
מפגש ראשון: 2.9

פלדנקרייז

פעילות גופנית המסייעת להתגבר על בעיות במערכת התנועה ועל כאבים.
מספרת שינה, קואורדינציה, זיכרון, יציבה וגמישות. מפחיתה מתח ומרחיבה נשימה.
השיעור מתקיים על מזרונים ומתאים לנשים וגברים.
מדריכה: מוניקה קנסקביץ'
מועד: ימי שני 8:00-9:00 וימי חמישי 9:00-10:00
מפגש ראשון: 3.9



התעמלות פונקציונלית לגברים

תרגילים להחזרת הגמישות, חיזוק ושיווי משקל, חיוניות והטענת אנרגיה.
השיעור מתקיים באווירה נעימה בעמידה ובישיבה על כסאות תוך שימוש באביזרי ספורט.
מדריכה: זהבה לוינקרון.
מועד: ימי ראשון וימי שלישי 10:00-11:00
מפגש ראשון: 2.9

התעמלות פונקציונלית לנשים

תרגילים להחזרת הגמישות, חיזוק ושיווי משקל, חיוניות והטענת אנרגיה.
השיעור מתקיים באווירה נעימה בעמידה ובישיבה על כסאות תוך שימוש באביזרי ספורט.
מדריכה: זהבה לוינקרון.
קבוצה בדרגת מתקדמים - פעילות בתנועה, בעמידה וקצת בישיבה.
מועדים: ימי ראשון 8:00-9:00 וגם 9:00-10:00
ימי שלישי 8:00-9:00 וגם 9:00-10:00
ימי חמישי 8:00-9:00
מפגש ראשון: 2.9
קבוצה בדרגת מתחילים - פעילות מתונה, בעיקר בישיבה.
מועד: ימי רביעי 10:00-11:00
מפגש ראשון: 5.9



התעמלות לנשים בשכיבה על מזרנים

מדריכה: זהבה לוינקרון
מועד: ימי רביעי 9:00-10:00
מפגש ראשון: 5.9

טאי-צ'י וצ'י-קונג (נשים וגברים)

השיעור משלב את שתי השיטות טאי צ'י: מדיטציה בתנועה, פעילות גופנית מתונה לחיזוק והגמשת השרירים, מבנה השלד והאיברים הפנימיים, ריפוי הגוף והנפש.
צ'י קונג: תרגילי נשימה, הרפיית מתח השרירים, פיתוח תחושת האנרגיה בגוף, שיפור הזרימה והטענת אנרגיה חדשה ונקיה. השיעור מתבצע בעמידה ובישיבה על כסאות.
מדריך: אלון בן ארי
מועד: ימי רביעי בשעה 8:00-9:00
מפגש ראשון: 5.9

יש לנו את זה!

מנוי לתיאטרון בכפר תבור

חדש באולם המופעים כפר תבור - מנוי הצגות איכות למבוגרים של מיטב התיאטראות בארץ

הקאמרי סוס אחד נכנס לבר

יום חמישי 17.1.19 בשעה 20:00
מופע הסטנד-אפ של דובלה ג'י יוצא משליטה ותופס תפנית מצמררת. רכבת השדים נעה במהירות בין הומור שחור לסאטירה ארסית, בין אהבות לבגידות, געגועים וחרטה. עפ"י סיפרו של דויד גרוסמן. עיבוד למחזה: מיכה לבינסון, אבנר בן עמוס, דרור קרן במאי: דרור קרן



הקאמרי
תיאטרון של תל אביב



התיאטרון
העברי
קרוב ללב

סבוטאז' התיאטרון העברי

יום רביעי, 10.10.18 בשעה 20:00
קומדיה מרגשת, מצחיקה עד דמעות, בכיכובו של שלמה ברעבא. יאצק, יליד פולין, מחליט להנהיג את דיירי בית האבות, בו הוא מתגורר, למרד, עקב החלטת ההנהלה לשלב בחזרות לטקס יום שואה את סימה אלפסי היפיפייה, ילידת מרוקו.
מאת: אילן חצור בימוי: גדי צדקה



המאן
תיאטרון איכות ביחסיים

חקירה חוזרת בעניין מותו המוזר

של אנרכיסט מפוקפק

יום שלישי 19.2.19 בשעה 20:00
קומדיה אנרכית ומצחיקה בטירוף, המתרחשת במילאנו שבאיטליה היפה. מטורף מתחפש לשופט-חוקר וחושף בחקירה חוזרת מה גרה למותו של אנרכיסט מפוקפק.
מאת: דריו פו נוסח עברי: נסים אלוני עיבוד ובימוי: מיכאל גורביץ'

החאן



הבימה
התיאטרון הלאומי

פתאום הגיע סתיו הבימה

יום חמישי 22.11.18 בשעה 20:00
אמנית מבוגרת מכריזה מלחמה על ילדיה שמתכננים להעבירה לבית אבות. היא חמושה בשנינות, תשוקה ובעובדה שהיא מתבצרת בביתה בברוקלין עם חומר נפץ.
מאת: אריק קובל בימוי: איציק ויינגרטן

עלות מנוי 4 הצגות: 300 ₪ / עלות הצגה בודדת: 90 ₪
רכישה באתר המתנס: www.kefar-tavor.org.il
לפרטים נוספים: מח' תרבות tarbut@kt.matnasim.co.il



פרטים: שגית קריב, מנהלת "קתדרה בתבור"
טל: 053-822-3535
avivkfartabor@gmail.com
הרשמה באתר המתנ"ס: www.kefar-tavor.org.il