

חידון

תשפ"ג | 2022-2023

וְהַטּוֹר, הָרַבִּיעִי-תְּרִשִּׁישׁ וְשִׁהֶם, וַיִּשְׁפָּה; מִשְׁפָּצִים זָהָב יִהְיוּ, בְּמִלּוֹאֲתָם. (שמות כ"ח, כ')

כִּי אֲנִי תְּרִשִּׁישׁ לְמֶלֶךְ בָּיִם, עִם אֲנִי חִירָם; אַחַת לְשָׁלֹשׁ שָׁנִים תָּבוֹא אֲנִי תְּרִשִּׁישׁ,
נִשְׂאֵת זָהָב וּכְסָף, שִׁנְהָבִים וְקָפִים, וְתַפִּים. (מלכים א' י' כ"ב)



"אני מצדקן ואיום ליום ארבה דעת"



בלהה טרייביש

ביה"ס לגמלאים "תרשיש" גאה להציג בפניכם את המידעון לשנת הלימודים תשפ"ג.

מחקר על הגיל השלישי (ynet 9.2.11 יעל גרינפטר) מראה שאנשים חשים מאושרים יותר דווקא ככל שגילם עולה.
המחקר מציג עצות לזקנה מאושרת:

- חשבו על דרכים שבהן תוכלו ליהנות הנאה אמיתית מהשנים הבאות בחייכם, ודמיינו את האפשרות שתחיו חיים מאושרים ובריאים עד גיל 100 ועוד.
- תכננו את חייכם ואת שגרת היום יום באופן שיקדם את המטרות הללו.
- אל תשימו את כל "הביצים החברתיות" שלכם בסל אחד- השקיעו זמן גם במסגרות, שאינן קשורות למשפחה או לעבודה.

מסגרת ביה"ס לגמלאים היא אחת הדרכים המאפשרת השקעה לבילוי שעות הפנאי בבקרים, שאיננה קשורה למשפחה או לעבודה. ביה"ס מציע קורסי ידע ואומנות בתחומים מגוונים: מוסיקה, אומנות פלסטית, לימודי ארץ ישראל וחול, לימודי שפות, טיפוח הזיכרון, לימודי בריאות הגוף ולימודים כלליים: משפטים, ספרות, קולנוע, תנ"ך ויהדות ובנוסף מציע ביה"ס פעילויות תרבותיות- חברתיות.

מטרת המידעון להציג בפניכם את האפשרויות הרבות לבילוי בחברת בני גילנו, באווירה חמה וביתית. השיעורים מתקיימים בימים: ראשון, שני, רביעי וחמישי בשעות הבוקר

בימי רביעי מתקיים גם "פרלמנטרשיש" בשעות 12:15 - 13:45 והשתתפות בו היא חופשית.
במסגרת הפרלמנט מתקיימות הרצאות בהתנדבות ובמגוון נושאים.
נשמח לארח אתכם בביתנו, בבית ספרנו.

**"תרשיש" נפתח בעיקר בידי אמלאים ולא מענס,
ובכזאת הוא שונה מכל מסגרת לימודית אחרת.
"תרשיש" בתי-הספר לגמלאים ע"ש חנה בלאו**

תוכן העניינים

	מידע כללי		צרפתית	4
	סדרי הרשמה		צרפתית - למתחילים א' (קורס שנתי)	23
	נוהל הפסקת לימודים/מעבר בין קורסים		צרפתית - למתחילים ב' (קורס שנתי)	23
	ס'יאווי אוננות		צרפתית - ממשיכים א' (קורס שנתי)	24
	מוסיקה		צרפתית - ממשיכים ב' (קורס שנתי)	24
	לנגן בפסנתר		צרפתית - מתקדמים (קורס שנתי)	24
	הזמר העברי בימי העליות הראשונות		בריאנות הגוף ואורח חיים בריא	8
	עלייה רביעית (סמסטר א')		תנועה ומודעות	
	עלייה חמישית (סמסטר ב')		עיצוב וחיזוק/פילאטיס (קורס שנתי- 33 שיעורים בני	
	קולנוע		שעה כל אחד- מתחילים/מתקשים יתרגלו בעזרת	
	סיפורי בדים		כיסא)	26
	אומנות		אימון אירובי לצלילי ריקודי עם וארץ ישראל (קורס	
	בעקבות אומנים צרפתיים -		שנתי - 33 שיעורים בני שעה כל אחד)	26
	בתיאוריה, בסדנה ובמוזיאונים (סמסטר א')		טאי-צ'י (קורס שנתי)	27
	אומנות לומדים במוזיאון (סמסטר א')		צ'י קונג (קורס שנתי)	27
	ציור		יוגה למתחילים ולמתקדמים	
	ציור ורישום למתחילים (שנתי)		(קורס שנתי - 3 קבוצות)	28
	ציור בשמן לממשיכים ולמתקדמים (שנתי)		אורח חיים בריא	11
	סגנונות גרפיים וציוריים באקוורל		מדיטציה ופראניאמה כתרגול מיינדפולנס	12
	קרמיקה		(קורס שנתי)	29
	עיצוב קרמי/פיסול למתחילים		פלדנקרייז	29
	עיצוב קרמי/ פיסול למתקדמים		נטורופתיה שימושית לטיפול במחלות רקע	13
	קדרות (אובניים - 3 קבוצות)		(סמסטר א')	14
	פיסול		בישול בריא - צורות בישול נכונות ושילובי מזון מחזקים.	30
	פיסול בעיסת נייר קורס שנתי		(3 שעות מלאות, סמסטר א')	30
	פסיפס (מוזאיקה)		ס'יאוויס כס'יאיס	15
	צילום באמצעים דיגיטליים		ספרות	
	היו זמנים - צילום מאז באמצעים של היום		משלים חידות וחלומות בספרות העברית והכללית	16
	לימודי חו"ל הרצאות וסיורים		(סמסטר ב')	31
	אירופה - "ארצות הצפון"		לטייל בעקבות סופרים ומשוררים (סמסטר א')	31
	"סביב הים השחור" - קורס חוזר		מדע ודעת	17
	להכיר את יפן המסורתית: מהעת העתיקה ועד תום		אנשים וכוכבים (סמסטר א')	32
	עידן הסמוראים (סמסטר ב')		משפטים	18
	להכיר את יפן המודרנית: מאמצע המאה ה-19 ועד		קורס במשפטים (קורס שנתי)	33
	ימינו (סמסטר א')		קורס בפיסיכוכנולוגיה ותקשורת בינאישית	18
	בעקבות הצד האפריקאי שבי - קורס על יבשת		(סמסטר א')	33
	אפריקה (סמסטר א')		קבלה	19
	לימודי ארץ ישראל		סודות חוכמת הקבלה למתחילים (סמסטר א')	34
	"גלילות הצפון"		סודות חוכמת הקבלה למתקדמים (סמסטר ב')	34
	הבדואים - בני המדבר או יוצריו?		תנ"ך ויהדות	
	כולל הנושא: התרבות הבדואית במדבר (סמסטר א')		תנ"ך - הגות במקרא וברעיונות יסוד ביהדות	20
	מה לאקולוגיה ולביולוגיה אצל הארכאולוגיה		(קורס שנתי)	35
	(סמסטר ב')		מסעות בעקבות העבר: במקורות, בספרות, באמנות	20
	שפות		וברגליים (סמסטר ב')	35
	אנגלית		מיתוס העקדה: אנו הקורבנות (סמסטר א')	36
	אנגלית למתחילים (סמסטר א')		טיפוח זיכרון וחשיבה יצירתית	21
	אנגלית למתקדמים (סמסטר א')		סיפור החיים שלי (סמסטר א')	21
	ערבית		זיכרון, עולם ומלואו! (סמסטר ב')	37
	ערבית מדוברת למתחילים (סמסטר א')		פרסמנתרטיס	22
	ערבית מדוברת למתקדמים (סמסטר ב')			22

שנת הלימודים תיפתח ביום ראשון ד' בחשוון, תשפ"ג, 23.10.2022
 הלימודים ב"תרשיש" מתקיימים בימים: ראשון, שני, רביעי וחמישי בשעות 8:30 - 13:45
 לוח ימי הלימודים והחופשות מקביל לשנת הלימודים במכללה, והוא יחולק ללומדים בתחילת שנת
 הלימודים תשפ"ג.

בכל קורס שנתי מתקיימים 28 מפגשים. בקורס סמסטריאלי 14 מפגשים. (בקרמיקה 30 שיעורים
 ובקורסים לעיצוב וחיזוק ואימון אירובי 33 שיעורים) הקורסים מתקיימים אחת לשבוע בימים קבועים.
 מתכונת זו מאפשרת בניית תוכנית אישית.
 לומד יוכל לקבל יעוץ אישי בבניית תוכנית הלימודים שלו.

**פתיחת קורס מותנית במספר הנרשמים. מספר הלומדים בקורסים יותאם למדיניות, שתונהג בפתיחת
 השנה.**

מידעון תרשיש יישלח במייל לאנשי הקשר בהווה ובעבר, ניתן לקבל עותק מודפס במזכירות ביה"ס.
 מערכת השעות, לוח החופשות ודפי קשר מתפרסמים גם באתר מכללת קיי: פעילויות בקמפוס ובקהילה
 בכתובת: <https://kaye.ac.il>: תרשיש.

- לרשות הלומדים עומדים ספרייה עשירה (זכות השאלה מחייבת השארת פיקדון), חדרי מחשבים
 שירותי צילום, סדנאות לאומנות.
- לשירות הלומדים עומדים מזנון ובית קפה (בעלת תעודת כשרות).
- תווי חנייה למגרש החנייה של המכללה יינתנו חינם ללומדי "תרשיש". מספר התווים מוגבל, ולכן כאשר
 יאזלו, ניתן יהיה לרכוש תווי חנייה בגזברות המכללה. לא יינתן תו נוסף כאשר לומד מחליף רכב
 הקפידו להסיר את המדבקה ולהעבירה לרכב החדש. יש למסור את פרטי הרכב החדש במזכירות
 ביה"ס כדי לעדכן את נתוני הכניסה לחנייה. התווים יחולקו במהלך השבועיים הראשונים לפתיחת שנת
 הלימודים.

- התווים יישמרו עד תום החודש הראשון לשנת הלימודים, ולאחר מכן יבוטלו.
- דרכי הגעה למכללה - קווי אוטובוס: קווים 11, 22, 6, 9, 16
- מזכירות ביה"ס פתוחה בימים שני, רביעי וחמישי בשעות 8:00 - 13:00
- מספרי הטלפון: יעל - 08-6402818 | ימית - 08-6402742
- פקס: 08 - 6402832
- כתובת הדואר האלקטרוני: tarshish@kaye.ac.il

ההרשמה תיפתח ביום שני ד' באב, 1 באוגוסט 2022.
הרישום יהיה אך ורק באמצעות המייל: ביה"ס ישלח טופסי רישום במהלך חודש יולי. רק טפסים שיתקבלו חזרה החל מ- 1/8/2022 יטופלו (לא לפני כן). ניתן להעביר גם בפקס שמספרו 6402832 - 08
בכל פנייה במייל אנא ציינו שם פרטי, שם משפחה, מס' זהות ומס' נייד. (ההשתתפות בקורס היא אישית. לא ניתן להתחלף או לשלוח אורח בעת היעדרות מסיבה כלשהי).
 לאחר שנקבל חזרה מהלומדים את טופס הרישום (נא למלא בכתב ברור את כל הפרטים הנחוצים גם אם למדתם בעבר בביה"ס) כדי שנוכל לעדכן בתוכנת המינהל, יתקשרו מהמזכירות לקבל פרטי אשראי.

שימו לב, אם תהיה הגבלה של לומדים בכיתות הלימוד (בהתאם למדיניות שתונהג) הכיתה תורכב מהקודמים להירשם.

- בנוסף לתשלום שכר הלימוד ייגבו גם דמי רישום בסך 75 ש"ח (אין פטור מדמי רישום)
- לא ניתן להירשם באמצעות השארת הודעה קולית (תא קולי איננו פועל) ולא באמצעות הטלפון.
- החל מספטמבר יינתן מענה טלפוני לשאלות, לבקשות ולהסברים.
- ניתן לשלוח מייל, ומזכירת ביה"ס תיצור קשר על מנת להשיב. לנרשמים ליותר מקורס שנתי או ליותר משני קורסים סמסטריאליים תינתן הנחה של 3% על כל שכר הלימוד. לבני זוג תינתן הנחה של 3% על כל שכר הלימוד (בתנאי שלכל אחד קורס שנתי אחד או 2 קורסים סמסטריאליים שווי ערך לשנתי. **(בכל מקרה אין כפל הנחות)**).
- התשלומים יתבצעו מראש: במזומן או באמצעות כרטיס אשראי. תשלום בהמחאות ייגבה רק באישור מנכ"ל העמותה לקידום פרויקטים בחינוך במכללה.
- **התשלום לפקודת: העמותה לקידום פרויקטים בחינוך**
- ניתן לפרוש את שכר הלימוד עד 8 תשלומים בתנאי שהתשלום האחרון יחול ביוני 2023 - למשלמים בכרטיס אשראי.
- תשלומים נלווים לקורסים (סיורים לימודיים, קונצרטים, חומרי למידה ועוד) ייגבו בנפרד.
- **ניתן להיכנס לשיעור ניסיון בתשלום של 50 ש"ח לשיעור** (עד 2 שיעורים = 100 ₪) - במקרה של רישום לכל הקורס - הסכום יקוזז משכר הלימוד של הקורס. אין לצרף אורחים לשיעורים. האורח הוא בבחינת לומד בשיעור ניסיון וחל עליו תשלום.
- לצורך ההרשמה יש להצטייד בתעודת זהות, במזומן או בכרטיס אשראי.

נוהל הרשמה מאוחרת

נהלים לרישום קורס שנתי

- הנרשמים לקורס שנתי במהלך החודש הראשון בפתיחת שנת הלימודים ישלמו שכר לימוד מלא.
- הנרשמים לקורס שנתי במהלך החודש השני בפתיחת שנת הלימודים ישלמו 85% משכר לימוד.
- הנרשמים לקורס שנתי במהלך החודש השלישי בפתיחת שנת הלימודים ישלמו 70% משכר הלימוד.
- הנרשמים לקורס שנתי בתחילת סמסטר ב' ישלמו 50% משכר הלימוד.

נהלים לרישום קורס סמסטריאלי (כניסה במהלך הקורס תלויה באישור המרצה)

- הנרשמים לקורס סמסטריאלי במהלך שני השיעורים הראשונים בפתיחת הקורס ישלמו שכר לימוד מלא.
- הנרשמים לקורס סמסטריאלי החל מהשיעור השלישי ישלמו 85% משכר הלימוד.
- הנרשמים לקורס סמסטריאלי החל מהשיעור החמישי ישלמו 70% משכר הלימוד.

קבלת קהל במזכירות:

שני, רביעי וחמישי בשעות 8:00 - 12:30

כתובת הדואר האלקטרוני היא:

tarshish@kaye.ac.il

מספרי הטלפון של מזכירות "תרשיש" הם:

יעל - 08-6402818 | ימית - 08-6402742

נוהל הפסקת לימודים/מעבר בין קורסים

- במקרה של הפסקת לימודים יזומה על-ידי הנהלת בית-הספר "תרשיש" יוחזר שכר הלימוד באופן יחסי למספר השיעורים שנלמדו.
- במקרה של הפסקת לימודים על-ידי הלומד (הודעה במייל בלבד מיום קבלתו במזכירות **לפני תחילת שנת הלימודים**, ישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח ויוחזר כל שכר הלימוד, ללא החזר דמי הרשמה.
- במקרה של הפסקת לימודים על-ידי הלומד (באמצעות הודעה במייל בלבד מיום קבלתו במזכירות) עד חודש ימים מיום תחילת הלימודים **בקורס שנתי**, ישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח ויוחזרו 85% משכר הלימוד ללא החזר דמי הרשמה. לאחר חודש מתחילת הלימודים לא יהיה זכאי הלומד להחזר.
בקורס סמסטריאלי עד שבועיים מתחילת הקורס ישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח ויוחזרו 85% משכר הלימוד ללא החזר דמי הרשמה. לאחר שבועיים מתחילת הלימודים לא יהיה זכאי הלומד להחזר.
- במקרה של הפסקת לימודים על-ידי הלומד (הודעה במייל בלבד מיום קבלתו במזכירות) לאחר חודש ימים ועד חודשיים מיום תחילת הלימודים בקורס שנתי, ישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח ויוחזרו 70% משכר הלימוד ללא החזר דמי הרשמה. ובקורס סמסטריאלי החל מהשבוע השלישי מתחילת הקורס ישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח ויוחזרו 70% משכר הלימוד ללא החזר דמי הרשמה.
- במקרה של הפסקת לימודים על-ידי הלומד בקורס שנתי באמצעות הודעה במייל בלבד מיום קבלתו במזכירות, בסיום סמסטר א' ועד תום השבוע הראשון של חופשת הסמסטר, ישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח ויוחזרו 50% משכר הלימוד ללא החזר דמי הרשמה. לאחר מכן לא ניתן לקבל החזר שכר לימוד.
- בקורס סמסטריאלי החל מהשבוע השביעי לא יוחזר שכר הלימוד וישולמו דמי ביטול בסך 50 ש"ח.
- במקרים חריגים יידון החזר שכר הלימוד ע"י ועדת חריגים.

לנגן בפסנתר - (חצי שעה שבועית-שיעור יחידני)

שם הפסנתרנית: גב' אורה מינדל

בעלת תואר שני בפסנתר, מורה, נגנית ומלווה. לימדה בקונסרבטוריון העירוני. בעלת ותק של מעל 50 שנים בהוראה בכל הרמות ולכל גיל. מלמדת ב"תרשיש" מראשית הקמת בית-הספר מ-2002.

מטרות הקורס:

להקנות ידע בסיסי בנגינה למתחילים לאפשר התקדמות לגמלאים שלמדו בעבר נגינה בפסנתר או נגינה בכלי אחר.

קהל היעד:

כל המעוניין

תיאור הפעילות:

שיעור יחידני של חצי שעה פעם בשבוע, תרגול יומי בבית. מפגש קבוצתי פעמיים בשנה. (ניתן להאריך את השיעור בתיאום עם המורה ובתשלום נוסף).

מועד הקורס:

יום רביעי 9:00-12:00

(בתיאום מועד פרטני עם המורה, השיעור מתקיים בביתה)

שכר הלימוד לשנה:

1,185 ש"ח לומדי פסנתר יוכלו להשתלב בקורס נוסף במוסיקה בתוספת של 275 ש"ח לקורס סמסטרילי.

*ההרשמה תתאפשר על בסיס מקום פנוי.

לנגן בפסנתר - (חצי שעה שבועית-שיעור יחידני)

שם הפסנתרנית: גב' רוזה מילמן

בעלת תואר שני בפסנתר, מורה, נגנית ומלווה. בעלת ותק של מעל 54 שנים בהוראת פסנתר בכל הרמות ולכל גיל. מלמדת בקונסרבטוריון העירוני בבאר-שבע שנים רבות.

מטרות הקורס:

להקנות ידע בסיסי בנגינה למתחילים לאפשר התקדמות לגמלאים שלמדו בעבר נגינה בפסנתר או נגינה בכלי אחר.

קהל היעד:

כל המעוניין

תיאור הפעילות:

שיעור יחידני של חצי שעה פעם בשבוע, תרגול יומי בבית. מפגש קבוצתי פעמיים בשנה. (ניתן להאריך את השיעור בתיאום עם המורה ובתשלום נוסף).

מועד הקורס:

יום שני 9:00-12:00

(בתיאום מועד פרטני עם המורה, השיעור מתקיים בביתה)

שכר הלימוד לשנה:

1,185 ש"ח לומדי פסנתר יוכלו להשתלב בקורס נוסף במוסיקה בתוספת של 275 ש"ח לקורס סמסטרילי.

*ההרשמה תתאפשר על בסיס מקום פנוי.

"אנו נהיה הראשונים" הזמר העברי בימי העליות הראשונות ה' - (סמסטר ב) [בעיקר עליה חמישית, 1932-1939]

שם מרצה: מר נחומי הרצין
מגיש תוכניות רדיו, כותב מאמרים ומארגן, עורך ומנחה ערבי זמר. מרצה בלימודי פולקלור וזמר עברי באוניברסיטת בן-גוריון ובמכללות אקדמיות.

מטרות הקורס:

- להכיר את הזמר העברי כחטיבה תרבותית בעלת סגנון ומאפיינים ייחודיים.
- להכיר את רפרטואר השירים ואת דרכי חיבורם, ביצועם ודרכי הפצתם.
- להבין את הקשר בין שירי הזמר לבין אירועים ותהליכים בתולדות העם והארץ.
- להבין את מקומם של 'שירי ציון' ברצף של 'מאה וארבעים שנות זמר עברי'.

נושאים מרכזיים:

"שירה, הנער, שיר עתידנו" - עליית הנוער ועוד:
עליית ה'יקים', העלייה הבלתי ליגאלית.
"ואף על פי כן!" - המרד הערבי הגדול 1936-1939.
"תל עמל, דברי שיר!" - התיישבות "חומה ומגדל".
"אנו כובשים את החוף והגל" - נמל תל אביב ומפעלים כלכליים.
"רנה, אני אוהב את השמים" - נתן אלתרמן, "המטאטא", חיי התרבות בתקופה.

דרכי למידה ופעילויות:

- הצגת השירים, בתמליל ובלחן, בע"פ ובכתב ובאמצעות הקלטות.
- ניתוח התמלילים בהקשר לתקופות, למצבים, לאירועים ולתהליכים.
- ניתוח המאפיינים המוסיקליים בשירי התקופה הנידונה.
- זמרה משותפת עם הלומדים.

מועד הקורס: יום שני 10:15-11:45

שכר לימוד: 575 ש"ח

"לא נלך מפה" הזמר העברי בימי העליות הראשונות ד' - (סמסטר א') [בעיקר עלייה רביעית, 1924-1931]

שם מרצה:

מגיש תוכניות רדיו, כותב מאמרים ומארגן, עורך ומנחה ערבי זמר. מרצה בלימודי פולקלור וזמר עברי באוניברסיטת בן-גוריון ובמכללות אקדמיות.

מטרות הקורס:

- להכיר את הזמר העברי כחטיבה תרבותית בעלת סגנון ומאפיינים ייחודיים.
- להכיר את רפרטואר השירים ואת דרכי חיבורם, ביצועם ודרכי הפצתם.
- להבין את הקשר בין שירי הזמר לבין אירועים ותהליכים בתולדות העם והארץ.
- להבין את מקומם של 'שירי ציון' ברצף של 'מאה וארבעים שנות זמר עברי'.

נושאים מרכזיים:

"חלוץ בנה" - המלחין יואל אַנגל, שירי החלוצים, המגמות הציוניות החדשות.
"ירושלים עיר הקדש" - אבטלה, מאורעות וקשיי קיום.
"אל ארצי" - המשוררת רחל.
"חלופי דורות בזמר העברי" - מתתיהו שָׁלם, מרדכי זעירא, דוד זהבי, ידידיה אדמון ועוד.

דרכי למידה ופעילויות:

- הצגת שירים, בתמליל ובלחן, בע"פ ובכתב ובאמצעות הקלטות.
- ניתוח התמלילים בהקשר לתקופות, למצבים, לאירועים ולתהליכים.
- ניתוח המאפיינים המוסיקליים בשירי התקופה הנידונה.
- זמרה משותפת עם הלומדים.

מועד הקורס: יום שני 10:15-11:45

שכר לימוד: 575 ש"ח

"סיפורי בדים" - קורס שנתי - 2 קבוצות
קולנוע - חוויה של פיקציה ומציאות

שם המרצה: מר מיכאל אקוטונס

בעל תואר שני בקולנוע של אוניברסיטת סורבון בפריז, מרצה ותיק, בין החלוצים - ממניחי היסוד של המסלול לחינוך ולקולנוע במוסדות חינוך שונים בארץ. בקיא בסוגות-ז'אנרים ובנושאים שונים העוסקים במדיה. מלמד במסגרות שונות.

מטרות הקורס:

- להקנות כלים להבין את הקולנוע ולהכיר את דרכי ההפקה של סרט הקולנוע
- לנתח סרטים מהיבטים שונים ועוד להיחשף לסוגות-ז'אנרים של הקולנוע קומדיה, מותחן, מחזמר

קהל היעד:

חובבי קולנוע ומתעניינים

תיאור הפעילות:

בכל שיעור יוקרנו "טעימות" של סרטים, לפניהם יינתנו דברי רקע ובסופם ייערך דיון עם המשתתפים הכוללת סיורים בסינימטק בתל-אביב ויציאה להקרנות בכורה של סרטים בבאר - שבע.

מועד הקורס:

יום ראשון - 2 קבוצות

מועדי הקורסים:

9:00 - 11:00 (מומלץ לוותיקים)

11:30 - 13:30 (מומלץ למתחילים ולממשיכים)

(בהתאם לביקוש תיתכן פתיחת קבוצה נוספת ביום רביעי בשעות הבוקר)

שכר הלימוד לשנה:

1,340 ש"ח



אומנות לומדים במוזיאון - ניתוח יצירות ותערוכות אומנות מתחילים (סמסטר א')

שם המרצה: ד"ר רחל קרופ

ד"ר לחינוך M.A פילוסופיה - כולל אסתטיקה ולימודי תולדות אומנות, מורה מוסמכת-בכירה לאומנות, בוגרת לימודי אוצרות באומנות מוזיאולוגיה, אוניברסיטת תל-אביב. לשעבר ראש המחלקה לאומנות, מרצה בכירה לחינוך לאומנות ואוצרת ראשית במכללת קיי. כיום משמשת כאוצרת של אגודת הציירים והפסלים בישראל, באר-שבע והנגב. חברה ב"איקום" איגוד המוזיאונים הישראלי והעולמי של אוצרים, ובאגודת הציירים והפסלים בישראל, ב"ש והנגב.

קהל יעד: כל המתעניינים בתחום

מבנה הקורס: יתקיימו 9 מפגשים במכללה, ו-4 סיורים במוזיאון. הסיורים יתקיימו במוזיאון ישראל (יום ראשון) ו-או במוזיאונים שונים (יום שלישי), בכל סיור תינתן הדרכה אחת של מדריך במוזיאון בתערוכות קבע והדרכה אחת עם ד"ר רחל קרופ.

מטרות הקורס: פיתוח מושגים בשפת האומנות החזותית רכישת כלים לניתוח תערוכות ויצירות אומנות הכרת המרכיבים האסתטיים בזרמים נבחרים באומנות, מהפרה-היסטוריה ועד מחצית המאה ה-20.

נושאי הלימוד: הכרה והבנה של מושגי יסוד באומנות: מהות האומנות, נרטיב, מסר, קו, צורה, תנועה, קומפוזיציה, פרספקטיבה וצבע - תוך צפייה ודיון ביצירות אומנות מתקופות ומזרמים שונים; ניתוח יצירות אומנות; סוגי תערוכות ותצוגות במוזיאון; פרקים נבחרים בהיסטוריה של האומנות החזותית, עד תחילת המאה העשרים; ביקורת אומנות.

דרכי הוראה: הרצאות ודיון בליווי תצוגה של יצירות אומנות; הדרכה בסיורים בתערוכות במוזיאון.

מועד הקורס: יום שני 10:15 - 11:45

שכר לימוד: 595 ש"ח סמסטר א'

בעקבות אומנים צרפתיים - בתיאוריה, בסדנה ובמוזיאונים סמסטר א' (3 שעות אקדמיות)

שם המרצה: ד"ר רחל קרופ

ד"ר לחינוך, M.A פילוסופיה (כולל אסתטיקה ולימודי תולדות אומנות), מורה מוסמך-בכיר לאומנות, בוגרת לימודי אוצרות באומנות.

קהל יעד:

לומדי תרשיש - פתוח בפני כל מתעניין מבנה הקורס: 14 מפגשים, 9 שיעורים במכללה וארבעה סיורים בתערוכות במוזיאונים.

מטרות הקורס:

הכרת יצירות של אומנים צרפתיים, מזרמים נבחרים מהאימפרסיוניסטים ואילך; ניתוח המאפיינים האסתטיים ביצירות אומנות (כמו טכניקה, נרטיב, מסר, קומפוזיציה, פרספקטיבה, צבע); מיומנות יצירתית (ציור) בעקבות הסגנון והטכניקה של האומנים. השיעורים יהיו מבוססים על הוראה עיונית ועשייה יצירתית. בכל שיעור יתקיים חלק עיוני שיציג זרם באומנות או צייר, וחלק מעשי - ציור בסדנה.

נושאי הלימוד:

הכרה והבנה של מרכיבים אסתטיים ביצירות אומנות; הכרת סגנונות היצירה של אומנים צרפתיים מזרמים נבחרים (כגון, אימפרסיוניסטי, אבסטרקטי, נאיבי, פוביסטי, סוריאליסטי); יישום בסדנה של סגנונות היצירה שנלמדו - בעקבות אומנים מזרמים נבחרים. צפייה ודיון ביצירות אומנות רלוונטיות לנושאי הלימוד - שיוצגו במוזיאון.

דרכי הוראה:

הרצאות ודיון, בליווי מצגות; הדגמה של סגנונות בציור - הדרכה בעשייה יצירתית; סיורים בתערוכות קבע ובתערוכות מתחלפות במוזיאונים

מועד הקורס:

יום ראשון (סמסטר א') 10:15 - 12:30

שכר לימוד: 885 ש"ח (לא כולל סיורים)

רישום וציור למתחילים

(קורס שנתי)

שם האומן: מר ארנון גיאת

מורה לרישום וציור, בעל ותק של 23 שנים בהוראה במסגרות פרטיות ובבתי ספר תיכוניים. מורה ומרצה לתולדות האומנות במגמת אומנות ובהשתלמויות מורים במכללת קיי ובאוניברסיטת בן-גוריון במחלקה לעבודה סוציאלית. מסיים לימודי תואר שני בתולדות האומנות באוניברסיטת בן-גוריון.

מטרות הקורס:

- לחשוף מגוון רחב של חומרי רישום מגוונים ולבחון את דרכי השימוש בהם
- ללמוד את המתאם הנכון בין בחירת חומר רישום, לבין בחירת נושאים ההולמים את החומר
- לזהות את יסודות הרישום: פרספקטיבה, דו-ממד ותלת-ממד, תאורה, קו וכתם בציור, מרקם ותורת הצבע ובניית קומפוזיציה מורכבת
- ליצור תוך התבוננות בטבע: דומם, נוף ודיוקן
- להכיר נושאים מתולדות הציור והרישום, כולל אומני רישום ודרכי עבודתם
- חומרי רישום: עפרונות רישום, דיו, פסטל וחומרי רישום וציור נוספים (רכישה אישית ע"י הלומד)

קהל היעד:

גמלאים המעוניינים ברישום וביצור

תיאור הפעילות:

סדנאות רישום וציור בהדרכה אישית

מועד הקורס:

יום רביעי 16:00 - 19:00

שכר לימוד:

2,365 ש"ח לשנה
(לא כולל חומרים)

*הקורס מוגבל ל- 12 לומדים.

ציור בשמן לממשיכים ולמתקדמים

(קורס שנתי)

מועד הקורס:

יום שני 10:15 - 13:15 מתקדמים
יום שני 16:00 - 19:00 ממשיכים

שם האומן: מר ארנון גיאת

מורה לרישום וציור, בעל ותק של 23 שנים בהוראה במסגרות פרטיות ובבתי-ספר תיכוניים. מורה ומרצה לתולדות האומנות במגמת אומנות ובהשתלמויות מורים במכללת קיי ובאוניברסיטת בן-גוריון במחלקה לעבודה סוציאלית. מסיים לימודי תואר שני בתולדות האומנות באוניברסיטת בן-גוריון.

מטרות הקורס:

- קורס מתקדם בצבעי שמן בלבד
- להבין את שפת האומנות המורחבת
- להכיר סגנונות עכשוויים באומנות
- לשכלל את הטכניקה ובאמצעותה
- לפתח את ההבעה
- לפתח סגנון אישי

קהל היעד:

גמלאים בעלי ידע מתקדם ברישום וציור

תיאור הפעילות:

סדנאות רישום וציור בהדרכה אישית המלווים בדיון על אומן, על סגנון ועל זרם באומנות. במהלך השנה יתקיימו סיורים למוזיאונים, גלריות לאומנות.

שכר הלימוד:

לשנה 2,365 ש"ח
(לא כולל חומרים)

*הקורסים מוגבלים ל- 12 לומדים.



סגנונות גרפיים וציוריים באקוורל (סמסטר א')

שם המרצה: גב' אולגה סבצ'רניק

בוגרת אקדמיה במוסקווה, תואר שני באומנות השתתפה בתערוכות בישראל ובמדינות נוספות: חברה באגודת הציירים והפסלים בישראל. משנת 2012 - מרצה בבית ספר לאומנות חזותית במכללת קיי.

מטרות הקורס:

הכרה בטכניקות שונות של אקוורל, שילוב של אקוורל עם טכניקות אחרות. סגנון גרפי וסגנון ציורי באקוורל. ביצוע עבודה בנושאים שונים בטכניקות שונות.

קהל היעד:

כל המעוניין בתחומים הללו באומנות. לא נדרש ידע בציור. הציוד הנדרש לקורס אקוורל: בלוק ציור נייר אקוורל 2; A4 מכחולי אקוורל פלטה פלסטית לבנה; עיפרון, מחק.

נושאי הלימוד:

הטכניקה "על יבש" ו"שכבות": שילוב של אקוורל עם חומרי גרפיקה - עט ופסטל שמן. אקוורל בסגנון דקורטיבי - ביצוע עבודות בנושאים "פרפרים", "העולם התת ימי" הטכניקה "על רטוב" - אקוורל בסגנון קלאסי. ביצוע עבודות בנושא "תמונת נוף". ציור שמים באקוורל, נוף עם עצים, נוף ים. שילוב של טכניקות שונות. ביצוע עבודות בנושא "פרחים".

מועד הקורס:

יום חמישי 10:15-13:15

שכר הלימוד:

לסמסטר 1,215 ש"ח

(יש להביא בחשבון עוד 300 ש"ח לחומרי יצירה לאקוורל, ניתן לשקול קנייה מרוכזת להוזלה).



עיצוב קרמי/ פיסול למתקדמים (2 קבוצות)
(קורס שנתי)

שם האומן: גב' אליזבת כהן

בוגרת המכללה לאומנות חזותית בנגב. עבדה מספר שנים כעוזרת הוראה ולאחר מכן החלה את דרכה בהוראה. הציגה במספר תערוכות ברחבי הארץ ובעולם בהצלחה רבה. מלמדת ב"תרשיש" שנים רבות.

מטרות הקורס:

- ליצור פרויקטים בחמר
- לעבור מדו-ממד לתלת ממד עם התייחסות לצבעוניות - תבליט

קהל היעד: כל המעוניין בעבודה בחמר

תיאור הפעילות: סדנה לעבודה בחמר

מועד הקורס:

יום שני 9:00 - 12:00
יום שני 12:30 - 15:30

שכר הלימוד:

לשנה 2,430 ש"ח (30 מפגשים בשנה)
(לא כולל חומרים - מקסימום 13 לומדים)

עיצוב קרמי/ פיסול למתחילים (קורס שנתי)

שם האומנית: גב' אליזבת כהן

בוגרת המכללה לאומנות חזותית בנגב. עבדה מספר שנים כעוזרת הוראה ולאחר מכן החלה את דרכה בהוראה. הציגה במספר תערוכות ברחבי הארץ ובעולם בהצלחה רבה. מלמדת ב"תרשיש" שנים רבות.

מטרות הקורס:

- לבנות צורות בסיסיות
- לעצב כלים בסגנונות שונים ובטכניקות מגוונות

קהל היעד: כל המעוניין בעבודה בחמר

מועד הקורס: יום חמישי 12:30 - 15:30

שכר הלימוד:

לשנה 2,430 ש"ח (30 מפגשים בשנה)
(לא כולל חומרים - מקסימום 13 לומדים)



הרמב"ם (קרמיקה)

היוצרת: זגורי שוש | הצלם: שמוליק בלומנשטיין

קדרות (אובניים - 3 קבוצות) (קורס שנתי)

שם האומנית: גב' אליזבת כהן

בוגרת המכללה לאומנות חזותית בנגב. עבדה מספר שנים כעוזרת הוראה ולאחר מכן החלה את דרכה בהוראה. הציגה במספר תערוכות ברחבי הארץ ובעולם בהצלחה רבה. מלמדת ב"תרשיש" שנים רבות.

מטרות הקורס:

- להכיר ולתרגל עבודה בגלגל
- להיחשף לתרבויות מסורתיות ומודרניות באמצעות החמר
- להגיע לביטוי אישי תוך יצירת כלים בסגנונות שונים

קהל היעד:

כל המעוניין בעבודה באובניים

תיאור הפעילות:

עבודה על הגלגל, התנסות בסוגי עיטורים וגימור בעזרת מגוון גלזורות לעצב כלים בסגנונות שונים ובטכניקות

מועד הקורס:

יום ראשון 9:00 - 12:00

יום רביעי 9:00 - 12:00

יום חמישי 9:00 - 12:00

שכר הלימוד:

לשנה 2,780 ש"ח (30 מפגשים בשנה)
(לא כולל חומרים - מקסימום 13 לומדים)



פיסול בעיסת נייר (קורס שנתי)

פסיפס (מוזאיקה) (קורס שנתי)

שם המרצה: גב' שונטל אברו-בנבו

מלמדת פיסול בעיסת נייר ופיסול בחמר בסטודיו באופקים ובבית אידי מעגן בב"ש כעשר שנים, בוגרת מכללת ורצברגר ברמת גן, חברה באגודת הציירים והפסלים בדרום, חברה בבית האומנים בב"ש, שם מציגה תערוכה קבועה. מציגה תערוכות ברחבי הארץ ובחו"ל.

מטרות הקורס:

פיתוח כישורי יצירה ומתן כלים להתמודדות יצירתית.

קהל היעד:

כל המעוניין ללמוד פיסול ושימוש במחזור

תיאור הפעילות:

נלמד את יסודות עיסת הנייר תוך שימוש בטכניקות יצירה שונות, נלמד מגוון טכניקות פיסול וצבע ואת טכניקת הדקופאג'; בניית קונסטרוקציות של אלמנטים שונים בשילוב חומרים ממוחזרים.

מועד הקורס:

יום ראשון 9:00 - 12:00

שכר הלימוד:

2,720 ש"ח לא כולל חומרים

(שונטל תיצור קשר אישי כדי לעדכן לגבי חומרים. כל לומד יצטרך לרכוש חומרים אישיים נוספים בשווי של כ- 200 ש"ח בשנה)

*מינימום 10 לומדים עד מקסימום 12 לומדים



היוצרת (פיסול מעיסת נייר): נעמי ריקמן
הצלם: שמוליק בלומנשטיין

שם המרצה: פרופ' ענת קינ

בוגרת תואר ראשון באומנות וביצירה באוניברסיטת בן גוריון. עוסקת בפסיפס ובציור כחמש עשרה שנה. פסיפס היא יצירת אומנות שבה משובצות יחד פיסות שונות כדי ליצור יצירה. פסיפסים נוצרו בהתחלה לקישוט רצפות ובהמשך לקירות ותקרות, כמו גם קישוט מבני חוץ שונים.

מטרות הקורס:

להכיר ולתרגל עבודת פסיפס. להיחשף לתרבויות שונות העוסקות בפסיפס. להכיר אפשרויות שונות של פסיפס, ולבסוף להגיע לידי ביטוי אישי מתוך היכרות החומר והאפשרויות.

תיאור הפעילות:

לימוד של חיתוך והדבקה של אבני פסיפס בסגנונות שונים עם התמקדות בזכוכית. לימוד שימוש בכלי העבודה המתאימים. הכנת עבודות אישיות על פי בחירה אישית.

מועד הקורס:

יום רביעי 09:00 - 12:00

שכר הלימוד:

2,720 ש"ח לא כולל חומרים

בנוסף למחיר הקורס יש צורך בקניית מכשירי עבודה, זכוכית צבעונית ומשטחי הדבקה. (כ- 250 ש"ח)

המשתתפים/ות לצלם צילומים בסגנונות הנבחרים (הבחירה בידי המשתתפים) לצלם ולעבד בפוטושופ עד להובלתם קרוב ככל האפשר לסגנון שנבחר, מעין שחזור. הדגש בקורס אינו טכנולוגי אלא היכרות והבנה של גישות ותפיסות בצילום.

אפשרי בקורס:

להשתמש בצילומים ישנים, להתאימם ו/או לתקנם לגישה המתאימה.

לעבוד עם כל סוג של מצלמה שיש - אפשרי גם מצלמות טלפון

בין הגישות המוצעות ללימוד (לא בטוח שנספיק הכל..)

סביב המצאת הצילום (במאה ה-19) - פוטוגרמות; פורטרטים; סיפורי תנ"ך ואגדות; צילומי נופים היסטוריים, פתוחים ועירוניים צילום פיקטוריאלי וצילום נטורליסטי (סוף המאה ה-19-20) - שתי גישות דומיננטיות. צילום טבע-דומם בסגנונות שונים (במאה ה-19); צילום פורטרטים תחילת המאה ה-20 ואילך; סדרות צילום וצילומי תנועה (בעקבות מייבריג); פיקטוריאליזם, מול פוטו-סקסשין וצילום ישיר צילום ישיר איכותי, קבוצת 64F; שיטת האיזורים של אנסל אדמס; מודרניזם, סוריאליזם, דדאיזם, אוונגרד, פוסט-מודרניזם, צילום תיעודי, חברתי ומחאתי (קונספטואליזם, מינימליזם)

מועד הקורס:

יום שני 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

900 ש"ח

צילום באמצעים דיגיטליים (היו זמנים - צילום מאז באמצעים של היום) (סמסטר א)

שם המרצה: מר יורם פרץ

צלם, מורה ואיש המדיה במכללת קיי מזה כ-30 שנים ובכלל זה הפקת סרטים צילום ועריכת וידאו. מלמד ועוסק באומנות הצילום והמדיה לאורך שנים רבות במכללת קיי במסגרת התמחות באמנות ובמסגרות קהילתיות שונות בהם לימוד ילדים, נוער ומבוגרים. בעל תואר ראשון בפילוסופיה ושני בחינוך תוך התמחות במולטימדיה בחינוך. למד אמנות והתמחה בבימוי והפקת טלוויזיה. עסק כצלם עצמאי לצרכי אמנות ופרסום, הציג ואצר מספר תערוכות צילום אמנותי אישיות ומשותפות.

מטרות הקורס:

תחילת הקורס במבוא ובחזרה על אמצעי הצילום; לימוד פרקים נבחרים בהיסטוריה של הצילום בדגש האומנותי; לימוד וניתוח המאפיינים של צילומים היסטוריים על סמך הסעיף הקודם - יציאה לצילום, ביקורת ועזרה הדדית לבחירת צילומים.

לימוד עיבוד תמונה בפוטושופ, חזרה על היסודות והתקדמות לפי המטרות השונות.

הקמת תערוכה ייחודית - צילום דיגיטלי כמו פעם..

קהל היעד:

הקורס מתאים לכל המתעניינים גם ללא רקע, אך מתאים במיוחד לחובבי צילום מתקדמים.

לא חובה להשתמש במצלמות מיוחדות בקורס,

אפשרי גם עם מצלמת טלפונים.

תיאור הפעילות:

הגדרה: היכרות עם גישות וזרמים בצילום לאורך ההיסטוריה של הצילום החל במאה ה-19 ועד אמצע המאה ה-20, תוך כדי לימוד צדדים טכניים וסגנונות אמנותיים ובמקביל ניסיון לצלם בהשראתם ולשחזר את סגנון צילום באמצעים דיגיטליים שיש כיום, זה כולל בזמן הצילום, בעיבוד התמונה ובהדפסה.

הקורס ילווה בלימוד ההיסטוריה של הצילום ב 100 שנותיו הראשונות, בהמחשות רבות של צלמים לאורך ההיסטוריה ובניתוח הצילומים בהיבטים טכניים ואמנותיים. תוך כדי כך, מוזמנים

"סביב הים השחור" - קורס חוזר
(קורס שנתי - 28 מפגשים)

שם המרצה: מר בצלאל כהן
איש מדרשת שדה-בוקר, עוסק שנים רבות
בידיעת הארץ ובהדרכה בארץ ובחו"ל.

מטרת הקורס:
להכיר את הגיאוגרפיה, ההיסטוריה והתרבויות
סביב הים השחור

קהל היעד: כל המעוניין

תיאור הפעילות:
מפגשים עיוניים בליווי מצגות.
בקורס יידונו, בין היתר, נושאים, כמו: היבטים
פיסיים של הים השחור וסביבתו; תולדות באזור;
יחסי הגומלין בין המדינות לחופי הים השחור.
בסיום הקורס, ובהתאם לנסיבות, יתקיים מסע אל
אחת המדינות סביב הים השחור.

מועד הקורס:
יום שני 10:15 - 11:45

שכר הלימוד לשנה:
1,150 ש"ח

*הקורס מוגבל ל- 35 לומדים

"אירופה - ארצות הצפון" (קורס שנתי - 28
מפגשים)

שם המרצה: מר בצלאל כהן
איש מדרשת שדה-בוקר, עוסק שנים רבות
בידיעת הארץ ובהדרכה בארץ ובחו"ל.

מטרות הקורס:
להכיר את ארצות הצפון של אירופה: ארצות
השפלה והארצות סביב הים הבלטי

קהל היעד: כל המעוניין

תיאור הפעילות:
מפגשים עיוניים בליווי מצגות
במפגשים לאורך השנה נכיר את ארצות צפון
אירופה על המאפיינים הפיסיים, הטבעיים
והאנושיים. יושם דגש על ההיסטוריה של
המדינות, בהתייחס למאפיינים הפיסיים שלהן
ולהשלכות התרבותיות.
בסיום הקורס, ובהתאם לנסיבות, יתקיים מסע אל
אחד האזורים שנלמדו בקורס.

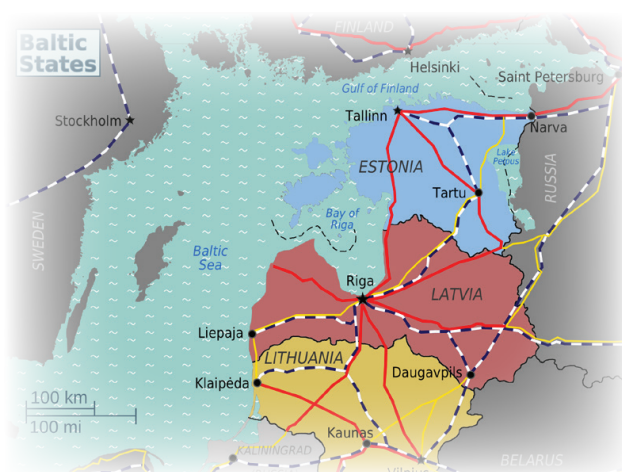
מועד הקורס:
קבוצה 1: יום שני בשעות 08:30 - 10:00
קבוצה 2: יום חמישי בשעות 10:15 - 11:45

שכר הלימוד לשנה:
1,150 ש"ח

*כל קבוצה מוגבלת ל- 35 לומדים

תיתכן למידה ברצף ללא חופשת סמסטר

תיתכן למידה ברצף ללא חופשת סמסטר



להכיר את יפן המודרנית - מאמצע המאה ה-19 ועד ימינו (סמסטר ב')

שם המרצה: ד"ר יפתח גוברין

ד"ר ללימודי מזרח אסיה ויחסים בינלאומיים.
גר ולמד ביפן במשך ארבע שנים. מרצה על יפן
ומדריך קרטה.

מטרות הקורס:

להכיר את יפן המודרנית. להבין את התהליכים
שגרמו ליפן לעזוב את עידן הסמוראים לתהליך
מודרניזציה מהיר, מתהליכים של דמוקרטיזציה
ללאומנות קיצונית, ואחרי הפסד במלחמת העולם
השנייה, עיצובה מחדש כאומה מודרנית ושוחרת
שלום.

קהל יעד:

כל המעוניין.

תיאור הפעילות:

מפגשים עיוניים בליווי מצגות ודיונים.

תכני הקורס:

במהלך הקורס נכיר את ההיסטוריה המודרנית של
יפן.
החל מהפתיחה של יפן למערב במאה ה-19,
רסטורצית מייג'י וסוף עידן הסמוראים.
נבחן את התהליכים של הפיכת יפן למעצמה
מודרנית ואימפריה מהמעלה הראשונה.
נחקור את התהליכים שהובילו את יפן להיות
חלק ממדינות הציר במלחמת העולם השנייה עד
למלחמה עצמה - נדבר על פרל-הרבור, קמיקאזה
ופצצות האטום.

נמשיך עם יפן שאחרי המלחמה - תהליך
השיקום והצמיחה הכלכלית המדהימה, החוקה
הפציפיסטית ונעסוק גם בבעיות של יפן כיום -
הצטמצמות האוכלוסייה, פער מגדרי ועוד.

מועדי הקורס:

יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר לימוד:

670 ש"ח

להכיר את יפן המסורתית - מהעת העתיקה ועד תום עידן הסמוראים (סמסטר א')

שם המרצה: ד"ר יפתח גוברין

ד"ר ללימודי מזרח אסיה ויחסים בינלאומיים.
גר ולמד ביפן במשך ארבע שנים. מרצה על יפן
ומדריך קרטה.

מטרות הקורס:

להקנות ידע על אספקטים שונים ביפן. ליצור
הבנה בסיסית של הארץ הייחודית הזו בקונטקסט
היסטורי, תרבותי וגיאוגרפי.

קהל יעד:

כל המעוניין.

תיאור הפעילות:

מפגשים עיוניים בליווי מצגות ודיונים.

תכני הקורס:

במפגשים לאורך השנה נבחן אספקטים שונים
של יפן: נלמד להכיר את ההיסטוריה של הארץ
בתוך המרחב המזרח אסיאתי; נכיר את הדתות
השונות שעיצבו את התפיסה הרוחנית ביפן לאורך
ההיסטוריה ונדבר על יפן במלחמת העולם השנייה.
בנוסף להיסטוריה של יפן, נלמד גם על האומנות
היפנית והקשר התרבותי שלה לתקופה בה נוצרה.
לבסוף, נדבר על יפן כיום ואיך היא צמחה מתוך
ההיסטוריה שבחנו במהלך הקורס.
במהלך הקורס נבקר במוזיאון טיקוטין לאמנות
יפנית בחיפה.
במידת האפשר, יתכן ויתקיים טיול ליפן בסוף
הקורס.

מועדי הקורס:

יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר לימוד:

670 ש"ח

"גלילות הצפון" (קורס שנתי - 28 מפגשים)**שם המרצה: מר בצלאל כהן**

איש מדרשת שדה-בוקר, עוסק שנים רבות
בידיעת הארץ ובהדרכה בארץ ובחוץ-לארץ.

מטרות הקורס:

להכיר ולהבין את אזורי הצפון של א"י, בהקשרים
גיאוגרפיים, היסטוריים ואנושיים

קהל יעד:

כל המעוניין

תיאור הפעילות:

מפגשים עיוניים בליווי מצגות; סיורים.
במהלך המפגשים נתייחס לאופיים הפיסי של
האזורים השונים, וההשפעות על ההיסטוריה
שלם ועל המרקם האנושי בעבר ובעת הזאת.
הקורס יכלול סיורים בני יום, ליעדים המתאימים
לנושאי ההרצאות (בתשלום נוסף). ייתכן סיור של
יומיים לצפון, בחופשת הסמסטר. הסיורים קלים
להליכה ומתאימים לגמלאים.

מועד הקורס:

יום חמישי בשעות 08:30 - 10:00
הסיורים ייערכו בדרך כלל בימי שלישי.

שכר לימוד:

1,150 ש"ח
(הקורס מוגבל ל- 35 לומדים)

**בעקבות הצד האפריקאי שבי - קורס על
יבשת אפריקה (סמסטר א')****שם המרצה: ארקדי מסנגי**

טייל מקצועי, מרצה, מדריך טיולים באפריקה
ומורה דרך בארץ. בן לאם אוקראינית יהודייה ולאב
מוסלמי מטנזניה.
חוקר ומתעסק בשאלת הבדלי התרבות
ה"מערבית" אל מול התרבות המזרח אפריקאית.

קהל יעד:

לומדי תרשיש - פתוח בפני כל מתעניין

מטרות הקורס:

הכרה מעמיקה של יבשת אפריקה בתחומים
שונים וכניסה לרזולוציות גבוהות, שבירת סטיגמות
והבנה של התהליכים בעולם שהביאו את היבשת
להיכן שהיא כיום.

נושאי הלימוד:

נושאי ההדרה מגוונים תוך כדי ההעמקה במדינה
או אזור ספציפי ביבשת בכל פעם.
נדבר על פוליטיקה, כלכלה, בלשנות, סטיגמות,
גאוגרפיה, גאולוגיה ועוד...

דרכי הוראה:

הרצאות ודיון, בליווי מצגות
הדרכה בעשייה יצירתית; בחלק מהמפגשים תהיה
פעילות בנושאים הרלוונטיים.

מועדי הקורס:

יום ראשון 12:15 - 13:45

שכר לימוד:

670 ש"ח



מה לאקולוגיה ולביולוגיה אצל הארכאולוגיה (סמסטר ב')

שם המרצה: מר יגאל גרנות

אקולוג ומורה ללימודי סביבה, מורה דרך מוסמך
עוסק שנים רבות בתחומים שונים של ידיעת הארץ
והיסטוריה של ארץ ישראל.

קהל היעד: כל המתעניין באקולוגיה, ארכאולוגיה
וביולוגיה

מטרות הקורס:

בחינת השפעת המערכת האקולוגית על כל
מרכיביה על התרבות וההתנהגות האנושית:
בדיקת אתרים ארכאולוגיים מסובכים ו/או
שאלות ארכאולוגיות שנויות במחלוקת ותעלומות
ארכאולוגיות באמצעות ה"משקפיים" האקולוגיים.

הקורס:

התופעה הנבטית, פטרה, הנגב הביזנטי והאומאי
והקשר בין נטישת הנגב לשינויים הסביבתיים,
הבדואים בנגב - הקשר בין תרבות לסובב,
הרפואה העממית הבדואית, מחקרי המכון לחקר
המדבר או - מה יש למחקר לומר על החיים
במדבר? ההתיישבות המודרנית בנגב והקשר
שלה לסובב המדברי, השפעת הסובב על מהלכי
מלחמת העולם הראשונה בנגב.

תיאור הפעילות:

הרצאות פרונטליות בליווי מצגות וסרטונים, וכן
סיורים נושאים בנגב.
סיור לעובדת ושבתה: למו"פ רמת נגב ולמכון
לחקר הנגב.

מועד הקורס:

יום ראשון 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

"הבדואים - בני המדבר או יוצריו?" כולל הנושא: התרבות הבדואית במדבר (סמסטר א')

שם המרצה: מר יגאל גרנות

אקולוג ומורה ללימודי סביבה, מורה דרך מוסמך,
עוסק שנים רבות בתחומים שונים של ידיעת הארץ
והיסטוריה של ארץ ישראל.

תיאור הפעילות והקורס:

הרצאות פרונטליות בליווי מצגות וסרטונים
השפעת הסביבה על התרבות האנושית; המערכת
האקולוגית המדברית ומאפייניה; התופעה
הנבאטית והקשר שלה לבדואים הג'אהליה
(הבדואים), הדת המדברית והאיסלם הרפואה
הבדואית - המשפט הבדואי; ההיסטוריה של
הנוודות בכלל ושל הבדואים בנגב בפרט; מעמד
האישה בתרבות הבדואית התרבות החומרית
הבדואית; הפולקלור הבדואי; הבעיה הבדואית
בנגב.

מועד הקורס:

יום ראשון 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח



אנגלית למתחילים (סמסטר א')

שם המרצה: גב' יובל כרמל

בעלת תואר שני בספרות אנגלית ובחינוך. בעלת ניסיון בלימוד האנגלית בבתי ספר וכעוזרת מרצה באוניברסיטת בן-גוריון בנגב. נהנית לעבוד עם אנשים וללמד את השפה האנגלית בצורה יצירתית ומהנה.

מטרות הקורס:

- ללמוד את יסודות השפה (דקדוק) ולהעשיר את אוצר המילים - נתחיל מהבסיס ונתקדם לנושאים מעניינים ומעשירים.
- ללמוד לדבר ולהביע עצמנו בעל-פה, תוך כדי התמודדות עם טקסטים פשוטים.

ידע קודם נדרש:

- הא"ב (ABC), מספרים (1-100), מילים ראשוניות -cat, dog, apple... יחד עם זאת, הדברים לא משמעותיים וזה בסדר גם אם לא בטוחים שמבינים או מכירים.

תיאור הפעילות:

נלמד דרך יצירה ואומנות, משחקים ושירים. נערוך דיונים על ספרות, קולנוע ותיאטרון. נלמד גם דרך הבנה משמיעה וכמובן דרך הבנה מקריאה. נכתוב קטעים קצרים ונקיים דיאלוגים.

קהל היעד:

כל מי שמבקש ללמוד אנגלית, לדעת להבין, לדבר ולגלות תרבות.

מועד הקורס:

יום חמישי 8:30 - 10:00

שכר הלימוד:

670 ש"ח

אנגלית למתקדמים (סמסטר א')

שם המרצה: גב' יובל כרמל

בעלת תואר שני בספרות אנגלית ובחינוך. בעלת ניסיון בלימוד האנגלית בבתי ספר וכעוזרת מרצה באוניברסיטת בן-גוריון בנגב. נהנית לעבוד עם אנשים וללמד את השפה האנגלית בצורה יצירתית ומהנה.

מטרות הקורס:

- להעשיר אוצר מילים קיים, להתקדם לחוקי דקדוק יותר מסובכים, זאת יחד עם למידת ביטויים, פתגמים וכדומה.
- לפתח יכולת הבעה בעל-פה מתקדמת בתקשורת יום-יומית. ללמוד להבין, לנתח וליצור שירה, סיפורת, סרטים ויצירות נוספות.

ידע קודם נדרש:

- לדעת להביע משפט פשוט בהווה בעל-פה ובכתב, היכרות עם אוצר מילים יותר מתקדם, חלקי המשפט (Verb, noun, adjective) ומילות קישור ויחס.
- לדעת לקרוא קטעים קצרים ולקיים דיאלוג פשוט.

תיאור הפעילות:

נלמד דרך יצירה ואומנות, משחקים ושירים. נערוך דיונים על ספרות, קולנוע ותיאטרון. נלמד גם דרך הבנה משמיעה וכמובן דרך הבנה מקריאה. נכתוב קטעים קצרים ונקיים דיאלוגים.

קהל היעד:

כל מי שיש לו ידע קודם בשפה ומעוניין ללמוד עוד, לדעת להבין, לדבר ולגלות תרבות בצורה יותר מתקדמת.

מועד הקורס:

יום חמישי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

ערבית מדוברת למתחילים (סמסטר א')

ערבית מדוברת למתקדמים (סמסטר ב')

שם המרצה: מר אסחאק אבו חמאד

שם המרצה: מר אסחאק אבו חמאד

מורה לערבית ולעברית, בעל תואר שני. שימש כמנהל בי"ס - 20 שנה. מדריך לערבית בבתי ספר מטעם משרד החינוך במגזר הבדואי. פעיל ציבורי - מדריך בטיחות מטעם משרד החינוך ובית חולים סורוקה, מתנדב ער"ן, יו"ר ועד היישוב דריג'את

מורה לערבית ולעברית, בעל תואר שני. שימש כמנהל בי"ס - 20 שנה. מדריך לערבית בבתי ספר מטעם משרד החינוך במגזר הבדואי. פעיל ציבורי - מדריך בטיחות מטעם משרד החינוך ובית חולים סורוקה, מתנדב ער"ן, יו"ר ועד היישוב דריג'את

מטרות הקורס:

מטרות הקורס:

- העמקת תרגול השפה הערבית המדוברת
- פיתוח מיומנויות של שיח ותקשורת בנושאי חיי היום יום
- פתיחת צוהר לתרבות
- רכישת אוצר מילים וצלילים חדשים
- רכישת מבנים דקדוקיים ותחביריים חדשים

העמקת תרגול השפה הערבית המדוברת הפעילויות בקורס מיועדות לפתח חשיבה לשונית ויכולת הבעה.

תיאור הקורס:

תיאור הפעילות:

- קריאת טקסטים
- תרגום טקסטים, ניהול שיחות, תרגול ושינון ביטויים חדשים

המשתתפים ילמדו ערבית ברמה מתקדמת. השיעורים יתנהלו אך ורק בערבית מדוברת, והשיעור ישמש כמעבדה לשונית להתנסות בדיבור הערבית המדוברת. קריאת טקסטים, תרגום טקסטים, ניהול שיחות, תרגול ושינון ביטויים חדשים.

קהל היעד:

קהל היעד:

הקורס מיועד לכל אדם שמעונין להכיר את השפה הערבית בהיבטיה השונים בדרך חווייתית.

הקורס מיועד לכל אדם שמעונין להכיר את השפה הערבית בהיבטיה השונים בדרך חווייתית.

מועד הקורס:

מועד הקורס:

יום רביעי 10:15 - 11:45

יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

שכר הלימוד:

670 ש"ח

670 ש"ח

צרפתית למתחילים א' (קורס שנתי)

שם המרצה: גב' רעיה קוייפמן

מרצה מוסמכת של שגרירות צרפת בישראל המלמדת במסגרות שונות. בעלת וותק של יותר מ-30 שנה בתחום ההוראה, מתוכן 12 שנים כמרצה לצרפתית בקורסי שגרירות צרפת.

מטרות הקורס:

- להכיר את יסודות השפה בדגש על דיבור ושימוש בזמן הווה
- לרכוש יכולת התמצאות בחו"ל ברמה בסיסית בתחומי ההבעה שבעל-פה ובכתב ובהבנת הנשמע.

קהל היעד:

גמלאים המבקשים להתחיל ללמוד צרפתית

תיאור הפעילות:

מפגש אודיו-ויזואלי הכולל תמונות, מוסיקה, משחקי תפקידים ועוד.

מועד הקורס: יום שני 12:15 - 13:45

שכר הלימוד: לשנה 1,210 ש"ח

צרפתית למתחילים ב' (קורס שנתי)

שם המרצה: גב' רעיה קוייפמן

מרצה מוסמכת של שגרירות צרפת בישראל המלמדת במסגרות שונות. בעלת וותק של יותר מ-30 שנה בתחום ההוראה, מתוכן 12 שנים כמרצה לצרפתית בקורסי שגרירות צרפת.

מטרות הקורס:

- להכיר את יסודות השפה בדגש על דיבור ושימוש בזמן הווה
- לרכוש יכולת התמצאות בחו"ל ברמה בסיסית בתחומי ההבעה שבעל-פה ובכתב ובהבנת הנשמע.

קהל היעד:

גמלאים המבקשים להתחיל ללמוד צרפתית

תיאור הפעילות:

מפגש אודיו-ויזואלי הכולל תמונות, מוסיקה, משחקי תפקידים ועוד.

מועד הקורס: יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד: לשנה 1,210 ש"ח



צרפתית - ממשיכים ב' (קורס שנתי)

שם המרצה: גב' רעיה קוייפמן

מרצה מוסמכת של שגרירות צרפת בישראל המלמדת במסגרות שונות. בעלת וותק של יותר מ-30 שנה בתחום ההוראה, מתוכן 12 שנים כמרצה לצרפתית בקורסי שגרירות צרפת.

מטרות הקורס:

- לפתח מיומנות הבעה והבנה ברמות תקשורת מתקדמות- טלוויזיה, סרטים, סיפורים, שירים
- לחדד את השליטה בשפה ברמת דקדוק ומבנים תחביריים

קהל היעד: גמלאים ברמה מתקדמת בצרפתית

תיאור הפעילות:

מפגש אודיו-ויזואלי הכולל ספרות ושירה צרפתית (מודרנית וקלאסית), מאמרי עיתונות ועוד.

מועד הקורס: יום שני 10:15 - 11:45

שכר הלימוד: לשנה 1,210 ש"ח

צרפתית - ממשיכים א' (קורס שנתי)

שם המרצה: גב' רעיה קוייפמן

מרצה מוסמכת של שגרירות צרפת בישראל המלמדת במסגרות שונות. בעלת וותק של יותר מ-30 שנה בתחום ההוראה, מתוכן 12 שנים כמרצה לצרפתית בקורסי שגרירות צרפת.

מטרות הקורס:

- להעשיר את יכולות ההבעה וההבנה של הלומד
- תוך שימוש בזמני עבר ועתיד
- לפתח יכולת הבעה בעל-פה בתקשורת יום-יומית תוך רכישת אוצר מילים רחב

קהל היעד:

גמלאים בעלי רקע עבר בצרפתית

תיאור הפעילות:

מפגש אודיו-ויזואלי הכולל תמונות, מוזיקה, משחקי תפקידים ועוד

מועד הקורס:

יום חמישי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

לשנה 1,210 ש"ח



צרפתית - מתקדמים (קורס שנתי)**שם המרצה: גב' רעיה קוייפמן**

מרצה מוסמכת של שגרירות צרפת בישראל המלמדת במסגרות שונות. בעלת וותק של יותר מ-30 שנה בתחום ההוראה, מתוכן 12 שנים כמרצה לצרפתית בקורסי שגרירות צרפת.

מטרות הקורס:

- לפתח מיומנות הבעה והבנה ברמות
- תקשורת מתקדמת- טלוויזיה, סרטים, סיפורים, שירים
- לחדד את השליטה בשפה ברמת דקדוק ומבנים תחביריים

קהל היעד: גמלאים ברמה מתקדמת בצרפתית**תיאור הפעילות:**

מפגש אודיו-ויזואלי הכולל ספרות ושירה צרפתית (מודרנית וקלאסית) מאמרי עיתונות ועוד.

מועד הקורס: יום חמישי 12:15 - 13:45**שכר הלימוד: לשנה 1,210 ש"ח**

אימון אירובי לצלילי ריקודי עם וארץ ישראל (קורס שנתי - 33 שיעורים ברצף ללא חופשת סמסטר)

שם המרצה: סיגל נסרדישי

מאמנת כושר ובריאות, מדריכת ריקודי עם ומדריכת ייבויט רוקדת מעל ל-40 שנה

מטרות הקורס:

ריקוד שורות המשלב בתוכו אימון כושר מהנה להעלאת הדופק ולשיפור סיבולת לב ריאה, זיכרון וקואורדינציה כוח והנאה רבה לצלילי מוסיקה ישראלית ולטינית.

מטרות הקורס:

שיעור ריקוד המובנה מעמידה בשורות, (בדומה לריקוד זומבה) לימוד צעדי בסיס כגון צ'ה צ'ה ואלס, סלסלה וגם צעד תימני. לימוד התמצאות במרחב וכיוונים, גירוי עצבי למערכת השמע תוך כדי שמיעת השירים והמוזיקה. הריקודים משלבים תנועה אירובית המשפרת את סיבולת הלב והריאה, את שיווי המשקל והיציבות, מתאים לכל גיל. זהו שיעור מהנה ותורם רבות לשחרור, העלאת מצב הרוח והורדת סטרס ומתח, אימון מעולה לגוף ולנשמה.

קהל היעד:

מתאים לכל מי שאוהב ורוקד ריקודי עם, או כל מי שאוהב לרקוד ורוצה לחזק את סיבולת לב הריאה שלו.

מועד הקורס:

יום ראשון 10:10 - 11:10

שכר הלימוד:

לשנה 990 ש"ח



עיצוב וחיזוק/ פילאטיס (קורס שנתי - 33 שיעורים ברצף ללא חופשת סמסטר - מתחילים/ מתקשים יתרגלו בעזרת כיסא)

שם המרצה: גב' סיגל נסרדישי

מאמנת אישית ומדריכת כושר ובריאות ב-8 שנים האחרונות. מתאמנת מעל 20 שנה, בוגרת הקורס למדריכי כושר במכללת קיי. לאחר 6 שנות עבודה במכון הכושר הולמס פלייס, העברת אימונים אישיים ושיעורי סטודיו מגוונים, מתמקדת בשנתיים האחרונות בהתעמלות ושיקום לגיל השלישי.

מטרות הקורס:

אימון גופני ומנטלי - לגוף ולנשמה; חיזוק השריר, העצם ושרירי הליבה; חיזוק והעלאת צפיפות העצם; שיקום מערכת השלד והגפיים; שיפור שיווי המשקל והגמישות וכמובן שיפור הבריאות ואיכות החיים

תיאור הפעילות:

אימון הכולל בתוכו תרגילים שונים ומגוונים לחיזוק מערכת השלד, גב עליון ותחתון, כתפיים, פלג גוף עליון ותחתון ושרירי הליבה (core). כמו כן עבודה על שיווי המשקל, ומתיחות להגמשת השרירים וטווח התנועה, עם דגש על נשימות. במחצית הראשונה של השיעור התרגול נעשה בעזרת מוט, משקולות, גומיות, כדור, חישוק ושאר אביזרים. במחצית השנייה של השיעור פילאטיס על מזרן בשילוב אביזרים תוך כדי שימת לב לכל מתאמן ומתאמנת ובהתאמה אישית ליכולת המתאמן. האימון מיועד למתאמנים בעבר, מתאמנים חדשים בכל גיל וגם למתאמנים אחרי טראומה נפשית וגופנית.

קהל היעד:

מתאים לכל אחד בכל גיל, שרוצה להתאמן ולהזיז את הגוף באופן קבוע בצורה בריאה ונכונה - *יש לצרף אישור רפואי

מועד הקורס:

יום ראשון 9:00 - 10:00

יום רביעי 10:15 - 11:15

שכר הלימוד: 990 ש"ח

טאי-צ'י

(קורס שנתי)

שם המרצה: מר דורון לביא

בוגר בתי-ספר שונים לטאי-צ'י, צ'י-קונג, קונג-פו ומדיטציית זן. מר לביא לומד ומלמד שנים רבות אומנויות פנימיות ורפוי הוליסטי.

מטרות הקורס:

לרכוש כלים לשיפור הבריאות, התודעה ואיכות החיים

קהל היעד: כל המעוניין**תיאור הפעילות:**

פעילות גופנית מתונה על-פי תרבות המזרח בגישה המשלבת איזון אנרגטי, הרפיה ורוגע מנטאלי. הנעת מפרקים, מתיחות מרידיאנים ופתיחת ערוצי האנרגיה, סדרת הטאי-צ'י (קטה) הרפיה. השיעורים ילוו בהסברים תאורטיים ותובנות הנובעות מהתרגול.

מועד הקורס: יום רביעי 8:30 - 10:00**שכר הלימוד:** לשנה 1,100 ש"ח**צ'י קונג**

(קורס שנתי)

שם המרצה: מר דורון לביא

בוגר בתי-ספר שונים לטאי-צ'י, צ'י-קונג, קונג-פו ומדיטציית זן. מר לביא לומד ומלמד שנים רבות אומנויות פנימיות ורפוי הוליסטי.

מטרות הקורס:

חיזוק מערכת החיסון, הרפית מתחים, שמחת חיים ואיזון גופני מנטאלי ורגשי

קהל היעד: כל המעוניין**תיאור הפעילות:**

התרגול מבוסס על עקרונות הרפואה הסינית ומשלב תנועה עדינה, הרפיה, נשימה והכוונת הדעת. ליצירת זרימת צ'י טובה ומאוזנת להזנת האיברים הפנימיים. תרגילי נשימה מדיטטיביים לשיפור זרימת האנרגיה, איזונה ויצירת רוגע מנטאלי. לימוד ותרגול סדרות צ'י קונג.

מועד הקורס: יום ראשון 10:15 - 11:45**שכר הלימוד:** לשנה 1,100 ש"ח

יוגה למתחילים ולמתקדמים

(קורס שנתי - 4 קבוצות)

שם המדריכה: גב' אירית לביא

מורה מוסמכת ליוגה, טאי-צ'י וצ'י-קונג, למדה ולימדה בטוקיו - יפן 8 שנים אומנויות לחימה ותנועה. משתלמת ביוגתרפיה. ב"תרשיש" מראשית הקמתו - 20 שנה.

מטרות הקורס:

פיתוח מודעות תנועתית ולמידה היכן תרגול היוגה פוגש אותנו בהתנהלות היומיומית. הגברת הקשב לקשר שבין נשימה ותנועה וכיצד אלו יכולים לסייע לנו בהפחתת כאבים.

קהל היעד:

כל המעוניינים בשיפור הבריאות ואיכות החיים

תיאור הפעילות:

נתחיל בתרגול בעמידה לחיזוק שיווי המשקל, ומשם נמשיך לתנוחות עם כיסא ונלמד כיצד לנצל סביבת ישיבה לטובת גמישות וחיזוק הגוף. נסיים בתרגילי נשימה והרפיה.

מועד הקורס:

- קבוצה 1: יום שני 8:30 - 10:30
- קבוצה 2: יום שני 10:15 - 11:45
- קבוצה 3: יום חמישי 8:30 - 10:00
- קבוצה 4: יום חמישי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד: לשנה

- 1,100 ש"ח (ללומדים פעם בשבוע)
- 1,998 ש"ח (ללומדים פעמיים בשבוע)



מדיטציה ופראניאמה כתרגול מיינדפולנס

(קורס שנתי)

שם המדריכה: גב' אירית לביא

מורה בכירה ליוגה, טאי-צ'י וצ'י-קונג ומדיטציה. למדה ולימדה בטוקיו (יפן) 8 שנים אומנויות תנועה. מתמחה בויני-יוגה תרפיה לגיל השלישי והרביעי. מלמדת בתרשיש מיום הקמתו.

מטרות הקורס:

להבין מהי מדיטציה וכיצד היא יכולה לעזור ולהשפיע על חיינו. התנסות במגוון תרגילי נשימה (פראניאמה), מיינדפולנס, דמיון מודרך והרפיה לצרכים השונים בחיינו כגון: מה עוזר להירדם מהר או להיות ערניים ומרוכזים. כיצד נוכל להירגע במצבי מתח. והיכן המדיטציה יכולה לעזור ולהשפיע על מערכות היחסים שלנו עם עצמנו ועם מה שסובב אותנו.

קהל היעד:

כל המעוניין.

תיאור הפעילות:

רוב התרגול יתבצע סביב כיסא-בישיבה. נתנסה במדיטציה בהליכה ובעמידה תוך שילוב תרגילי נשימה המסייעים למדיטציה.

מועד הקורס:

יום ראשון 9:00 - 10:00

שכר הלימוד:

750 ש"ח

פלדנקרייז**שם המדריכה: גב' רונית בונדי**

מוסמכת להוראה בשיטת פלדנקרייז ליחידים ולקבוצות מזה 12 שנים. שיטה זאת מרחיבה את מגוון התנועות של האדם ומביאה לשפור ושכלול היכולת הגופנית הרגשית והתחושתית. התרגילים עצמם פשוטים התנועות קלות אך בדרך הביצוע שלהם יש משהו חדש ומפתיע שהשפעתו מורגשת כבר בשיעור הראשון.

מטרות הקורס:

שכלול היכולת האישית המאפשרת שיפור יציבה, ישיבה, הליכה וגמישות.

קהל היעד:

נשים וגברים שרוצים להרגיש טוב ונעים עם גופם. נשים וגברים שרוצים לשפר את איכות חייהם בגלל ירידה בתפקוד הפיזי או בשל מכאובים.

תיאור הפעילות:

התנסות בתהליכים המשפרים טווחי תנועה ויצירת קשר עם אזורים בגוף שאינם פעילים. תרגול תנועות שיובילו לשינוי בהתנהגות שגרמה בעבר לכאב.

מועד הקורס:

לנשים ולגברים יום שני 12:00 - 13:00

שכר הלימוד:

990 ש"ח לשנה

צורות ביסול נכונות ושילובי מזון מחזקים (3 שעות מלאות, סמסטר א')

שם המרצה: עופרה גורלי

נטורופתית והרבליסטית קלינית. מטפלת ומדריכת סדנאות תזונה וניקויי רעלים ומאמנת למעבר לאורח חיים בריא.

המטרה:

הקניית כלים יישומיים לביסול בריא ומחזק, על פי הפילוסופיה הנטורופתית.

תיאור הפעילות:

במהלך הקורס נשלב למידה תיאורטית עם תרגול מעשי. נתמקד בחשיבות הביסול העונתי, בצורות הביסול המומלצות, בסגנונות הביסול הבריא מרחבי העולם, התאמת המזונות לאוכלוסיות השונות: ילדים, סוכרתיים, צמחוניים, טבעוניים, מבוגרים ועוד... עוד נכיר כלים לטיפול במחלות שונות באמצעות תבשילים מחזקים: סירופים, חליטות, שיקים ועוד...

קהל היעד:

בוגרי הקורס "אורח חיים בריא" המעוניינים ליישם את הידע הנרכש בטיפול ומניעת מחלות.

מועד הקורס:

יום ראשון 10:15 - 13:15

עלות למשתתף עבור מצרכים:

300 ש"ח

שכר הלימוד:

850 ש"ח (+ כ- 300 ש"ח מצרכים)

מוגבל ל-15 משתתפים

נטורופתיה שימושית לטיפול במחלות רקע (סמסטר א')

שם המרצה: עופרה גורלי

נטורופתית ורבליסטית קלינית. מטפלת ומדריכת סדנאות תזונה וניקויי רעלים ומאמנת למעבר לאורח חיים בריא.

המטרה:

במהלך הקורס נתוודע אל המחקרים והפרסומים הבולטים בנושאים אלו והשפעתם על חיינו וכן נרכוש כלים להשיג בעצמנו את המידע והמוצרים המתאימים והנכונים לנו. ננסה "לעשות סדר" ולבחון יתרונות והתאמה של המוצרים הבולטים לצרכינו הבריאותיים.

הנושאים הבולטים בסמסטר יהיו:

- מחקרים עדכניים אודות מוצרים משלימים: מיצויי צמחים, פורמולות וכו'.
- הכרת שיטות וטכניקות להקלה על כאבים וחיזוק איברים ומערכות הגוף בגיל השלישי.

תיאור הפעילות:

הקורס ילווה באמצעות מצגות, סרטונים, שיחות ושפע של טיפים ועצות.

קהל היעד:

המעוניינים לשפר ולחזק את מצבם הבריאותי נוכח השינויים הבריאותיים בעולם.

נושאים שבהם נעסוק בקורס:

- אסטרטגיית הטיפול הנטורופתי.
- הכרת המנגנון החיסוני הטבעי של הגוף טיפול טבעי באלרגיות.
- הכרת מחלות הגיל השלישי והדרכים למניעתן
- בניית תפריטים תזונתיים לחיזוק מערכת החיסון.
- אימוץ התזונה הנקייה Clean Eating כתפריט מאזן ומחוסן.

מועד הקורס:

יום שני 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח



ספרות

משלים חידות וחלומות בספרות העברית והכללית (סמסטר ב')

שם המרצה: ד"ר מיכל רוזנברג

ד"ר מיכל רוזנברג, בעלת תואר שלישי במחשבת ישראל, כתבה מאמרים וספרים בנושאי ספרות ילדים ואגדות תלמודיות, שימשה שנים רבות כמרצה וכמרכזת החוגים ליהדות ולספרות במכללה על שם קיי עד יציאתה לגמלאות. משתתפת פעילה בחוג למורים בגמלאות בנושאי מדרש ואגדה, ועוסקת עתה בפרשנות לפרקים בספר בראשית.

מטרות הקורס: הקורס יעסוק בשלוש סוגות

ספרותיות, משל, חידה וחלום. סוגות אלה מתאפיינות ביצירות קצרות, והן נפוצות בעל פה ובכתב במרחבי תרבויות רבות ושונות, החל מן העת העתיקה ועד ימינו. המכנה המשותף העיקרי של שלוש הסוגות הוא שליצירות הנכללות בהן יש טקסט גלוי שממנו נרמז טקסט סמוי, אשר על הקורא לחשוף אותו: המשל רומז לנמשלו, החידה רומזת לפתרונה והחלום רומז לפענוחו.

תוכן הקורס: משלים קלאסיים בספרות הכללית,

כגון, משלי אזופוס, משלי לה-פונטיין ומשלי קרילוב.

משלים עבריים מן המקרא, ספרות חז"ל וספרות העת החדשה, כגון משלי שטיינברג.

חידות בספרות ימי הביניים ובספרות הילדים החדשה,

חלומות במקרא בספרות ימי הביניים ובספרות העממית.

תיאור הפעילות: הרצאות פרונטליות בלווי מצגות

ודיונים הקורס יתפתח, יותאם וישתנה בהתאם לנושאים המעניינים את הלומדים.

מועד הקורס: יום ראשון 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

ספרות

לטייל בעקבות סופרים ומשוררים "מילים צריכות להיות צל" (יהודה עמיחי/שיר אהבה) (סמסטר א')

שם המרצה: גל גרינברג

בוגר לימודי א"י באוניברסיטת בר-אילן, מורה-דרך ומדריך בכיר בעל ניסיון כ-20 שנים ומוציא לפועל סיורים ייחודיים. ניהל את פורום התיירות ברשות לפיתוח הנגב, הקים וניהל את מחלקת תיירות עבור עיריית באר-שבע, עוסק בייעוץ תיירותי לגופים מוניציפאליים כגון מ.א תמר ועיריית ראשל"צ.

מטרות הקורס:

השפה העברית היא נס, והיצירה האמנותית בעברית היא אבן הראשה של הנס. במסגרת הסיורים נגלה מחדש חלק מהיוצרים הגדולים שכתבו, שרו ויצרו תרבות עברית. נצא למסע בעקבות יצירה ויוצרים וחיבורם לנקודה גיאוגרפית בארץ, כי הרי כל אדם ובוודאי יוצר - הוא "תבנית נוף מולדתו"

תוכן הקורס:

- אלתרמן וחבורת יחדיו; אלתרמן ותרצה אתר *

- *סיור מסכם בת"א של אלתרמן*

- עמוס עוז

- יהודה עמיחי וירושלים

- לאה גולדברג; יונה וולך; רחל המשוררת;

- דליה רביקוביץ; *סיור מסכם בת"א- המשוררות

- העבריות הגדולות*

- חנוך לוין המשורר

- *סיור מסכם בדרום ת"א בעקבות חנוך לוין*

- לאונרד כהן באור יהודי

סה"כ: 10 שיעורים בכיתה בימי ראשון ו - 4 סיורים

במהלך הסמסטר בימי שלישי - התשלום עבור

הסיורים ייגבה בנפרד.

מועד הקורס:

יום ראשון 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

מצע ודעת

אנשים וכוכבים (סמסטר א')

שם המרצה: יעקב קנלבאום

מורה, מהנדס חוקר בתעשייה צבאית, ועכשיו פנסיונר. אוהב לספר סיפורים, במיוחד על בני אדם, פיתוחים טכנולוגיים והיחסים ביניהם.

מטרות הקורס:

נדון מה עבר בראשו של האדם הקדמון כשהרים את עיניו אל השמיים. ננסה להבין כיצד הוא התחבר לטבע ומה הקשר בין כוכבי השמיים לחקלאות, גיאוגרפיה, טכנולוגיה וסתם סקרנות. נלמד על ההתפתחות המחשבית שהובילה אותנו מאז ועד ליכולות הטכנולוגיות של ימינו. נציג כיצד התפתחו היחסים בין דת ותרבות למדע וטכנולוגיה. מצטער, לא נדבר על אסטרולוגיה...

תכני הקורס:

התפתחות כרונולוגית של הידע האנושי. הרבה "חריגות לצדדים" לדברים שאולי אינם מאוד חשובים, אבל מאוד מעניינים! בריאת העולם - מה ידענו אז ומה יודעים היום; התפתחות ההבנה של מחזוריות; שומרים, בבלים ואחרים - ראשוני מדעני החלל; המדע היווני והשפעתו על התפתחות המדע המערבי; קופרניקוס מזעזע את היקום; לעוף כמו ציפור - התחלות; האחים רייט; הנעה רקטית מודרנית - מהאבות המייסדים ועד למלחמת עולם שנייה; ביפ, ביפ, ביפ - הספוטניק הראשון; יורי גגרין - האדם הראשון בחלל; צעד קטן לאדם, צעד גדול לאנושות; מדוע עדיין לא הגענו למאדים? מה יצא לנו מכל זה?

תיאור הפעילות:

הרצאות פרונטליות בלווי מצגות ודיונים הקורס יתפתח, יותאם וישתנה בהתאם לנושאים המעניינים את הלומדים.

מועד הקורס:

יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

קורס בפסיכוכנולוגיה ותקשורת בינאישית (סמסטר א')

שם המרצה: עו"ד יבגני פרחיה

עורך דין, שותף מייסד בחברת עורכי דין ברנדר-פרחיה-גור-חן ושות', בעלת שלושה סניפים הממוקמים בערים ערד, באר שבע ובני ברק והעוסקת במגוון תחומים, ביניהם הליטיגציה האזרחית, תאגידים, משפחה, משפט מסחרי, דיני עבודה ועוד. מאז דצמבר 2017 יבגני אף מונה לשמש כבורר בבית המשפט הבינלאומי לבוררות מסחרית בהלסינקי.

מטרות הקורס:

- הקניית כלים מעשיים בהתמודדות עם סוגיות שונות בחיים
- סדנת "שיווק עצמי" - הקניית כלים מעשיים להצגה עצמית ומכירת היכולות שלכם, בין בראיון עבודה, בין ללקוחות העסק שלכם ובין בחיים הפרטיים
- יצירת מודעות עצמית גבוהה יותר ומינוף היתרונות שלנו לקבלת תגובות רצויות מהסביבה.
- כולנו שווים אבל כולנו שונים - הגדרה עצמית
- מוטיבציה - איך להיות יותר יעיל במה שאנחנו עושים ואיך להספיק יותר דברים
- כישלון כדרך להעצמה עצמית
- איך לגרום לאנשים אחרים לקבל אותי
- סדנת מנטליזם ו-NLP - חשיפת מספר שיטות של המנטליסטים (אומני חושים) ואומני ה-NLP איך אומנים כמו נמרוד הראל וליאור סושרד עושים את זה.
- קריאת שפת גוף ושיקוף עצמי
- סדנה - איך למכור כל דבר לכל אחד
- תקשורת בינאישית ואיך היא תורמת לחיינו

מועד הקורס:

יום שני 8:30 - 10:00

שכר הלימוד:

670 ש"ח

משפטים

קורס במשפטים (קורס שנתי)

שם המרצה: עו"ד יבגני פרחיה

עורך דין, שותף מייסד בחברת עורכי דין ברנדר-פרחיה-גור-חן ושות', בעלת שלושה סניפים הממוקמים בערים ערד, באר שבע ובני ברק והעוסקת במגוון תחומים, ביניהם הליטיגציה האזרחית, תאגידים, משפחה, משפט מסחרי, דיני עבודה ועוד. מאז דצמבר 2017 יבגני אף מונה לשמש כבורר בבית המשפט הבינלאומי לבוררות מסחרית בהלסינקי.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע בסיסי ביסוד המשפט הישראלי
- דיונים באירועים אקטואליים המתפרסמים בתקשורת
- הקניית כלים משפטיים מעשיים בהתמודדות עם סוגיות שכיחות בחיי היום-יום או בשפה פשוטה-איך להתמודד לבד עם עוולות אזרחיות ופליליות שונות
- העשרת הידע הכללי בתחום הדין הפלילי והאזרחי
- הרחבת אופקים וידע כללי - כיצד עובדת מערכת המשפט בישראל.

תיאור הפעילות:

הרצאות, דיונים בכיתה וסדנאות. בכל שיעור יילמד נושא משפטי מסוים לרבות: מערכת המשפט וסוגי בתי משפט בישראל, סדנה בדין הפלילי, בדיני שטרות ובתביעות קטנות, ניתוח אירועים בתקשורת אל מול המציאות, זכויות הצרכן, מבוא לדיני משפחה, דיני ירושות וצוואות.

קהל היעד:

כל המעוניין

מועד הקורס:

יום שני 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

לשנה: 1,100 ש"ח

קבלה

סודות חוכמת הקבלה למתחילים (סמסטר א')

שם המרצה: מר שאול שוחט (ייתכן שהמרצה יוחלף)

בעל תואר שני בהנדסת חשמל ואלקטרוניקה עוסק בפיתוח מערכות הצפנה וסייבר ויועץ בתחומים הללו. לומד במרכז הקבלה מזה 12 שנה ומשמש כמנטור בקורסי קבלה מ-2014. מלמד קבוצת לומדים בשנתיים האחרונות.

מטרות הקורס:

הבנת יסודות בסיסיים בחוכמת הקבלה על מנת לחיות את החיים שאנחנו חולמים, כדי ליצור את התוצאות שלנו, צריך הכוונה ברורה שתיקח אותנו לשורש. לזרע. לידע העתיק ממנו הכול התחיל. זה הייחוד של קורס סודות חכמת הקבלה. חכמה שמאירה עבורנו את הדברים מהשורש ועד לכנפיים - ממקור הבעיה ועד ליכולת הכי גבוהה שלנו. זה ידע ששופך אור על התמונה הגדולה של מציאות החיים שלנו. על הקונפליקטים, המשברים, והלופים שמופיעים לנו בתסריט, ונותנת לנו את הכלים ואת הכוח לשנות אותם. והכול בדרך בהירה, מעשית ופשוטה ליישום.

תיאור הפעילות: הקורס משלב סדנאות ומפגשים, פעילויות חווייתיות וחברתיות, ופורש באוזני המשתתפים ידע מסעיר, מפתיע ומרתק על החיים של כל אחד ושל כולם ביחד. הקורס יוביל דרך ההבנה של התפקיד כאן בעולם, מהרמה הקוסמית ועד לרמה היומיומית ביותר ויקנה כלים מעשיים שסייעו להתמודד עם סיטואציות בחיים, להפוך אתגרים להזדמנויות, למצוא דרכים חדשות לתקשר במערכות יחסים ועוד

קהל היעד: נדרשת סקרנות וכן רצון להבין יותר על חוכמת הקבלה וכיצד ניתן ליישמה בחיינו

מועד הקורס:

יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

לסמסטר 670 ש"ח

גלגל השינוי - חיבור בין גוף לנפש - פיתוח אינטואיציה וקול פנימי סודות חוכמת הקבלה למתקדמים (סמסטר ב')

שם המרצה: מר שאול שוחט (ייתכן שהמרצה יוחלף)

בעל תואר שני בהנדסת חשמל ואלקטרוניקה עוסק בפיתוח מערכות הצפנה וסייבר ויועץ בתחומים הללו. לומד במרכז הקבלה מזה 12 שנה ומשמש כמנטור בקורסי קבלה מ-2014. מלמד קבוצת לומדים בשנתיים האחרונות.

מטרות הקורס:

מהם הרגעים בחיים שגורמים לכם, להרגשה הטובה ביותר, כאלה שהכי שווה לחיות בשבילם? האם מה שאני עושה עכשיו מקדם אותי בחיים? מתי להקשיב ללב ומתי להקשיב לשכל?

תיאור הקורס:

"חיים מחוברים" הינו קורס מרתק וחדשני, הכולל תכנים וכלים פרקטיים מחוכמת הקבלה העוזרים לנו להשתחרר מחסמים ומגבלות ולגלות מהן היכולות וההזדמנויות שלנו בכדי להגיע לאמת הפנימית ולחיות חיים מחוברים. תכנית הקורס בנויה משלושה חלקים להתפתחות אישית, כל שיעור כולל תהליך לימוד הידע, התבוננות אישית, וסדנת עבודה קבוצתית.

מבנה הקורס ותיאור הפעילות:

- גלגל השינוי - זיהוי הנתונים האישיים שלנו, היכולות והיתרונות והכוחות הפנימיים שבנו.
- הקשבה וחיבור בין גוף לנפש
- פיתוח אינטואיציה וקול פנימי

מועד הקורס:

יום רביעי 10:15 - 11:45

שכר הלימוד:

לסמסטר 670 ש"ח

מיתוס העקדה: אנו הקורבנות (סמסטר א')

שם המרצה: פרופ' יהושע גתי

פרופסור אמריטוס אוניברסיטת קייפ טאון, ראש המכון לחקר הרטוריקה באוניברסיטה זו. מרצה באוניברסיטת תל-אביב ומכללת אוהלו ומרצה בפרלמנט של תרשיש.

רקע:

אין לנו סיפור מצמרר כעקדה. המקריב נחשב לאבי האמונה. אך האם ההקרבה היא אנושית? והנה בספרות הישראלית סיפור העקדה שהוא מופת האמונה הופך למיתוס של קרבן בתודעה הישראלית, הקרבן במלחמות ישראל הרבות. הסיפור מככב בספרות הישראלית אצל יצחק למדן, נתן אלתרמן, חיים גורי, א.ב. יהושע, חנוך לוין ועוד רבים ומהדגש על המקריב עבר הדגש לקרבן. הקרבן הוא הנופלים במלחמות ישראל. איך עבר סיפור האמונה למיתוס הקרבן? האם כולנו קורבנות? ננתח את השאלה: האם בסופו של דבר אנו קורבנות המלחמות?

מטרת הקורס:

להכיר ולחוות את כוח מיתוס העקדה בעיצוב ההווה הישראלית כטרגדיית הקרבנות. תיאור הפעילות, ניתוח הסופרים, המשוררים והמחזאים הישראלים שטפחו ביצירותיהם את מיתוס העקדה.

קהל היעד:

כל מי שההווה הישראלית קרובה לליבו. אין צורך בידע מוקדם.

מועד הקורס:

יום שני 12:15 - 13:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

תנ"ך ויהדות

תנ"ך - הגות במקרא וברעיונות יסוד ביהדות (קורס שנתי)

שם המרצה: מר דוד אוחנה

מרצה ותיק ביהדות, במקרא, בתורה שבעל-פה, ובחג ומועד. גמלאי של אוניברסיטת בן-גוריון ושל מכללת קיי בה לימד 40 שנה מתוכם 20 שנה שימש סגן לנשיא המכללה. מלמד ב"תרשיש" מראשית הקמת בית-הספר.

מטרות הקורס:

להכיר את השקפת העולם המקראית תוך בחינה ביקורתית "הפוך בה והפוך בה שהכול בה" - לפגוש מחדש טקסטים עתיקים

קהל היעד:

מי שלבו חפץ

תיאור הפעילות:

קריאה עיונית ומבארת של טקסטים והשוואת דברי פרשנות

מועד הקורס:

יום רביעי 8:30 - 10:00

שכר הלימוד:

1,100 ₪



מסעות בעקבות העבר: במקורות, בספרות, באומנות וברגליים (סמסטר ב')

שם המרצה: פרופ' יהושע גתי

פרופסור אמריטוס אוניברסיטת קייפ טאון, ראש המכון לחקר הרטוריקה באוניברסיטה זו. מרצה באוניברסיטת תל-אביב ומכללת אוהלו ומרצה בפרלמנט של תרשיש

רקע:

ארצנו היא ארץ מורשת שלה היסטוריה עשירה הנעוצה במקורות, ואשר סביבה התפתחה ספרות, שירי עם, אומנות. התנ"ך איננו כלוא בספרים אלא מתבטא במסורות, בספרות באומנות שפותחו במרוצת השנים.

מטרת הקורס:

שילוב בין ספרות למציאות. ביקורים במקומות המופלאים מעוררי ההשראה ששם התרחשה היסטוריה ומעקב אחרי התפתחות המסורות בחיינו הרוחניים וספרותיים.

תיאור הפעילות:

הכרת מסורות אליהו הנביא וטיול לכרמל למחקר שם נלחם אליהו בנביאי הבעל, ונרד למערת אליהו המעניקה ריפוי למאמינים, נלמד על קרבות סנחריב ומסעו ליהודה ונבקר בתל לביש המרשים, נלמד על עלילות דוד ונבקר בעמק האלה שם נערך הקרב בין דוד לגלית.

קהל היעד:

כל מי שחפץ לממש ברגליים את המימד הריאלי המקראי וקשוב למסורות. הטיולים הם קלי הליכה. אין צורך בידע מוקדמת.

מועד הקורס:

יום שני 12:15 - 13:45

שכר הלימוד:

670 ש"ח

(3-4 סיורים במסגרת הלימודים - אינם כלולים בתשלום עבור אוטובוס והדרכה)

סיפור החיים שלי (סמסטר א')

שם המרצה: פרופ' ענת קינן

פרופסור לחינוך במכללת קיי. עסקה שנים רבות בחקר ובלמידה של סיפורי חיים. עבדה עם קבוצות של סטודנטים על כתיבת סיפורי החיים שלהם לשם הבנת עצמם וחיהם.

מטרות הקורס:

- כתיבת סיפור החיים האישי של כל אחד ואחת מן המשתתפים
- תהליכי בחירה ומיון של ניסיונו הרב והפיכת הניסיון הזה לסיפור בעל משמעות.
- בניית סיפור החיים מאפשרת לנו ללמוד על עצמנו טובנות חדשות והסתכלויות חדשות.

תיאור הקורס:

המשתתפים יבחרו את הניסיונות שמתאימים להם לכתוב עליהם, כמו כן יבחרו מהם הסיפורים שאותם ירצו לחלוק עם אחרים. (לא חובה) הסיפורים מהווים מקור ללמידה, לזיהוי קודים של הבנה ולמידה עצמית, שכן הוא מהווה טקסט שבו הם צפונים. צפנים אלה הם המפתח להבנת עצמנו וללמידה על עצמנו. שכן עדותו של אדם על עצמו הינה למעשה הבנייה של חייו, תוך ניסיון להעניק להם משמעות. הסיפור אינו דיווח של מה שקרה, אלא פרשנות נמשכת של ההתנסות. במפגשים נבדוק יחד שאלות כמו מהי נקודת ההתחלה הנכונה, איך מארגנים את השלבים השונים, מה נבליט ומה נצניע, מהו הקו המוביל של הסיפור, מה נוכל ללמוד ממנו על עצמנו. באמצעות "סיפור חיים" מתאר הפרט את השתלשלות חייו, המהווה אוסף של אירועים והתנסויות שאותם הוא בוחר להציג בעיקר על ציר הזמן.

תיאור הפעילות: מפגשים עיוניים ולמידה שיתופית חווייתית, תוך כדי התנסות בכתיבה ודיון על הכתוב.

קהל יעד: כל המעוניין להביט אחורה ולהבין את חייו עד כה, כדי שיוכל להסתכל קדימה.

מועד הקורס: יום ראשון 10:15 - 11:45

שכר הלימוד: 670 ש"ח

זיכרון, עולם ומלואו! (סמסטר ב')**שם המרצה: גב' בתיה דויטש**

מחנכת בתחום החינוך המיוחד במשך שנים רבות, בעלת תואר M.A במדעי המדינה ובמינהל ציבורי, בעלת ניסיון רב בעולם התעשייה כמנהלת הדרכה ומנהלת משאבי אנוש, מנחה בכירה בקורסי חשיבה בגיל השלישי ומנחה סדנאות בתהליכי יצירתיות וחדשנות, יועצת במרכז לטיפוח יזמות עסקית

מטרות הקורס: להכיר כלים לשימור מיומנויות

זיכרון להשתמש בכלים כדי להגביר את יעילות השימוש בזיכרון לעלות את הידע והמודעות לשמירה על אורח חיים בריא לטובת הבריאות הקוגניטיבית

קהל היעד: הקורס מתאים גם לחברים שכבר

השתתפו בעבר בקורס זיכרון בתרשיש.

תיאור הפעילות: מוזמנים לצאת למסע לעולם

שכולו זיכרון ונגזרותיו. בכל מפגש נעסוק בנושא אחר השייך לעולם הזיכרון וילווה ע"י פעילות קוגניטיבית מגוונת.

להלן רשימה חלקית של הנושאים שיוצגו**במפגשים: השפעת המוסיקה והריקוד על הזיכרון;**

זיכרון על - האם זאת קללה או ברכה?; חוש

הששי... וזה לא בדיוני

מוח שני, מה זה? ואיך משפיע אלינו?; זקני על -

מסע לאזורים בעולם שאנשים "שכחו למות...";

מה סוד התופעה ??; תוך כדי מחקר וחיפוש פתרון

לירידה קוגניטיבית, נמצאו תופעות מדהימות

באיסלנד ובקולומביה המרוחקות...; הבנת תהליכי

זיכרון דרך "פירמידת הקוגניציה"; הגיע "עת

התבונה"; זיכרון, שכחה ומה שביניהם.

מועד הקורס: יום חמישי 08:30 - 10:00

שכר הלימוד: 670 ש"ח

הרצאות, שיחות, דיונים ומפגשים חברתיים מוגשים על-ידי מרצים מומחים בתחומים שונים
המפגשים יתקיימו ביום רביעי 13:45-12:15 בניין אומנות 2213
הנושאים והמועדים יפורסמו בדפי הקשר.

שמות מרכזי הפעילות: פרופ' אהוד זמורה, מר אפרים זיו, גב' בלהה טרייביש

מטרות "פרלמנדרשיש":

- לקיים דיונים בינתחומיים
- להפגיש לומדים מתחומי עניין שונים
- לחשוף את הלומדים למגוון של אמונות, רעיונות ודעות
- לאפשר החלפת דעות במסגרת חברתית הולמת

קהל היעד: כל לומדי "תרשיש" ואורחים

תיאור הפעילות:

מפגשים להרצאות, לשיחות בנושאים אקטואליים, לצפייה במצגות ובסרטים ועוד, במטרה להעשיר את העולם התרבותי והחברתי של הלומדים.



העיתונאית הדס שטייף ומיכאל אקוטונס, המורה לקולנוע, בפרלמנדרשיש





esther

עורמי המידעון: בלהה טרייביש ויעל און
הדפסה ועיצוב גרפי: דפוס דיגיטל 08-6230321