



חוברת שנתית

ה'תשפ"ה 2024-2025

מחלקת ותיקים

מועצה אזורית גולן

זמן הענינים

2	ברכת ראש המועצה
3	ברכת מנהלת המחלקה
4	בעלי תפקידים
5	מידע כללי
5	נהלי הרשמה והסדרי תשלום מקוונים
7	הרצאות קתדרה
8	קתדרה מעלות הגולן
12	קתדרה דרום הגולן
19	קתדרה צפון הגולן
29	הקתדרה החקלאית
30	בית מדרש
31	פנאי ותרבות
31	בוקר של תרבות, עניין וכיף 
33	חוגים בתחומי האומנות
36	מועדון הסרט הטוב 
38	חוגי ספורט
41	טיולים
41	סדרת "שביל ותיק"
43	סדרת טיולים ל"אוהבי לכת"
44	"פה ושם בצד הדרך" 
45	סדרת סיורים מיוחדים
45	סיורי אומנות
47	טיולים מזמרים
48	מסעות לחו"ל
50	נופשים בארץ
51	חוסן כלכלי בגיל השלישי
53	פעילות מח' ותיקים בישובים
54	האגף לייעוץ וטיפול
54	מועדוני יום (מופ"ת/מועשר)
56	יחידת הבריאות
57	יחידת ההתנדבות
59	קהילה תומכת
60	מידע ומיצוי זכויות

ברכת ראש המועצה

ותיקי הגולן היקרים,

אנו עומדים בפתחה של שנה חדשה לאחר שנה מלאה אתגרים והתמודדויות ברמה הארצית וברמה הגולנית.

רבים מכם, מייסדי ההתיישבות בגולן, מזדהים בוודאי עם התחושה כי אנו חיים בתקופה מטלטלת וקשה כפי שחוויתם על בשרכם בעבר הרחוק.

דווקא אתם, שידעתם לעמוד איתנים ולא להישבר, להתגבר ולחזק את ההתיישבות בגולן לאחר שברים גדולים תוכלו לסייע לדור הצעיר להתמודד עם תקופה זו על אף האתגרים והקשיים הטמונים בה ולשמור על הרוח הגולנית.

עיני הקהילה נשואות אליכם הדור שהקים את הגולן, כמו פעם בימים בהם נשאנו את עינינו לזקני העדה.

פעילות הוותיקים בגולן הפכה להיות מוקד פעילות מגוון ועשיר הכולל מועדוני יום, פעילות ותיקים ביישובים עצמם, הרצאות תוכן, פעילויות פנאי ונופש אזוריות וגולניות וכן טיולים בארץ ובחו"ל בהשתתפות רבים מוותיקי הגולן.

נוסף על כך, דרך ארוכה לפנינו - כתיבת תוכניות אסטרטגיות וכלכליות למיצוב המענה עבורכם, דור המייסדים:

המשך חיזוק החיבור בין הוותיקים לקהילה בעשייה קהילתית משמעותית.

קידום תוכנית שתיתן מענה מקיף בתחום שירותי הרפואה.

פיתוח שירותים התומכים בהמשך מגורים בבית (כדוגמת הזנה ואחזקת הבית) לכם הרוצים להישאר כאן, במשפחה, בקהילה בגולן!

קידום מענה לדיור מוגן בגולן.

למרות הימים הקשים העוברים על כולנו ישנה חשיבות רבה בשמירת השגרה ובפעילות היומיומית על מנת שנוכל שמור על החוסן האישי, המשפחתי והקהילתי, ואני בטוח שיחד נצלח את האתגר הגדול שעומד בפנינו.

וברוח שלכם נחזק את הקהילה, וננצח.

בברכה

א"ר.

אורי קלנר

ראש המועצה

ברכת מנהלת המחלקה

ותיקות וותיקי הגולן.

אנחנו בעיצומה של תקופה מורכבת ומאתגרת, וכולנו נדרשים לסבלנות, גמישות ואמונה אין סופיים.

לצד הקשיים המרובים מתגלות גם נקודות חוזק נפלאות. גילינו כי אנו בקהילות הגולן בכלל והוותיקים בפרט, ניחנים בכוחות ויכולות רבים. כלפיד ההולך לפני המחנה הארתם את הדרכים שלנו בשנה האחרונה בעשייה, באחדות ובחוסן כלפי המשפחות הפרטיות שלכם וכלפי האזור כולו.

בימים אלו אנו מתפללים לשובם במהרה של כל החטופים ולחזרתם הביתה בריאים ושלמים של כל אנשי כוחות הביטחון מכל החזיתות.

והלוואי ולא נדרש לכל אלו בשנה הקרובה 🕯

מתוך תקווה זאת ומתוך ידיעה כמה חשוב להמשיך לטייל וליצור, לעשות פעילות גופנית, לחשוב ולהתחדש, להיפגש עם חברים ושכנים, בנינו עבורכם תכנית נפלאה ועשירה, עם פעילות מוכרת ואהובה וגם כמה חידושים מרעננים. הכול פה - טיולים, הרצאות, ימי כייף, חופשות בארץ ומסעות לחו"ל ועוד כמה הפתעות.

ביחד עם צוות המחלקה הנפלא והמסור - ירדנה, נחום ומאיה, נעשה כל מאמץ להוציא לפועל פעילויות אלו להנאתכם ולרווחתכם, תוך הקפדה על שגרה בטוחה ובזהירות הנדרשת על פי הנחיות הגורמים המוסמכים.

מוזמנים להצטרף אלינו ולהביא עוד חברים וחברות ליהנות מהקסם של פעילויות מחלקת ותיקים גולן.

לצד זה נמשיך לפעול בשיתוף הנהגת המועצה החדשה לתכנון עתיד מיטבי עבור ותיקי הגולן על כל היבטיו. הפיזיים, התחבורתיים, המשפחתיים, הכלכליים וכד'. נמשיך ונעשה זאת יחד עם הנהגות היישובים ועם נציגי הוותיקים והוותיקות הפעילים בתוך הקהילות עצמן.

אני מבקשת לאחל לכולנו עשייה מתוך בריאות ושמחה, ימים של שקט, בשורות טובות ושנה מבורכת.

שלכם,

מירב שגיא

מנהלת מחלקת ותיקים

בני מפקידים

מירב שגיא

מנהלת מחלקת ותיקים 052-2969500

vatikim@megolan.org.il

ירדנה שוקרון

רכזת מועדון מופ"ת בני יהודה 050-4004894

רכזת פעילות פנאי ונופש, חוגים וקתדרה דרום הגולן

1911yar@gmail.com

נחום לפיד

רכז מועדון מופ"ת, קתדרה וחוגים בית ותיקי צפון הגולן

רכז קהילה תומכת 050-8147144

kivun24@gmail.com

מיה סבג

רכזת מועדון מועשר ומועדון חצב

רכזת קתדרה וחוגים - חיספין 058-4599886

vatikim-c@megolan.org.il

ויקי בלקיר

רכזת משלימה מועדון מופ"ת בני יהודה 054-7000428



ח'צא כ"ז



נהל הרשמה והסדרי גאס חקוונס

שנת הפעילות תשפ"ה תפתח ביום ראשון, 1.9.2024 כ"ח באב תשפ"ד ותסתיים ביום שני, 30.6.2025, ד' תמוז תשפ"ה.

**אנו שמחים לעדכן כי החל מהשנה
ההרשמה והתשלום לפעילויות יתבצעו באופן מקוון.
למעבר לתשלום לחצו כאן**

איך זה מתבצע?

לכל פעילות אנו נפרסם קישור להרשמה, עליכם להיכנס ולבצע תשלום מאובטח בכרטיס אשראי.

נהלים כלליים:

- התשלום מהווה עבורנו אישור להרשמה.
- בהרשמה לפעילות מתמשכת - חוג, סדרת הרצאות, מנוי לטיולים וכד', ניתן לחלק את התשלום למספר תשלומים.
- פתיחת חוגים, קורסים וטיולים, מותנית במספר משתתפים/ות מינימלי.
- במרבית הפעילויות מספר המקומות מוגבל וכל הקודם זוכה.
- בהרשמה לחוגים, סדנאות או לפעילויות המוגדרות כסדרה או מנוי המשתתף מקבל על עצמו את האחריות להגיע לכל מועד, חוג או פעילות, לא יינתן זיכוי כספי עבור היעדרות ממפגש.
- למרבית הפעילויות, מלבד הקתדרות, לא יתאפשר תשלום במזומן ביום הפעילות.

מדיניות ביטולים:

פעילות חד פעמית - ניתן להודיע על ביטול ההשתתפות בכתב / הודעת וואטסאפ עד 5 ימים לפני הפעילות.

פעילות קבועה (חוג, מנוי, סדרה) - ניתן לבטל בהודעה בכתב / הודעת וואטסאפ עד לניצול של מחצית מהפעילויות והביטול יחול על החלק היחסי של הפעילות שלא נוצלה. לאחר מכן לא יתבצע זיכוי.

ביטול עצמי יהיה כרוך בגביית דמי ביטול בסך 2.5% מערך התשלום (עלות זאת נגבית על ידי חברת סליקת האשראי ולא על ידי המועצה).

במקרים חריגים בנושא ביטולים ניתן לפנות למנהלת המחלקה בדואר אלקטרוני vatikim@megolan.org.il **ויישקל מענה פרטני.**

לא הצלחתם להירשם? קצת מסובך?

אנו נשמח לסייע בהכוונה ותמיכה, פנו אלינו: מירב, מיה, ירדנה ונחום.

מעוניינים להישאר מעודכנים/ות בפעילויות השונות?

מוזמנים להצטרף לרשימת הדיוור בשליחת מייל vatikim@megolan.org.il

או להצטרף לקבוצות הווצאפ שלנו < [לחצו כאן כדי להצטרף](#)

במהלך שנת הפעילות אנו מקפידים לשלוח עדכון שבועי על כל הפעילויות המתוכננות במסגרת המחלקה.



הרצאות קתדרה

אנו ממשיכים להביא אליכם את מיטב ההרצאות במגוון נושאים - טבע, מדע, אקטואליה, שירה עברית, מוזיקה, תרבויות בעולם, מדעי המוח, ארכיאולוגיה ועוד שלל נושאים מרתקים.

בשנה שעברה בשל מצב החירום המציאות הכתיבה לנו שינויים תכופים וגמישות. ולמרות זאת הצבעתם ברגליים והגעתם. במבט קדימה אנו מקווים שנצליח להוציא לפועל את התוכנית במלואה ומזמינים אותכם להגיע בהמוניכם.

ומהשנה - חידוש - קתדרות הבוקר בצפון ודרום הגולן תתקיימנה פעם בשבועיים (בדומה לקתדרה ברמות) ואל דאגה אנו נשלח תזכורות ועדכונים אודות המפגשים. ובאחד מימי שני ש"התפנו" נקיים ימי תרבות וכיף בשיתוף עם מועצה מקומית קצרין ואנשיה.

ההרצאות תתקיימנה לאורך שנת הלימודים מחודש נובמבר ועד לחודש יוני בשלושה מרכזים:

קתדרה דרום הגולן - מועדון ותיקים אזורי בני יהודה.

קתדרה צפון הגולן - בית ותיקי צפון הגולן במתחם ווסט.

קתדרה מעלות הגולן - מועדון מושב רמות.

עלויות לקתדרה

כרטיסייה 14 הרצאות - 500 ש"ח (35 ש"ח להרצאה)

כרטיסייה כפולה 28 הרצאות - 840 ש"ח (30 ש"ח להרצאה)

כניסה להרצאה בודדת - 50 ש"ח

כניסה חד פעמית לבוקר הרצאות (2 הרצאות) 90 ש"ח

הכרטיסיות תקפות לכל אחת משלושת הקתדרה.

הכרטיסיות בתוקף עד לסיומן.

הרשמה מקוונת באמצעות הקישור שישלח. ניתן לחלק לתשלומים.

במהלך שנת הלימודים אנו מקפידים לשלוח עדכון שבועי על כל הפעילות המתוכננת במסגרת המחלקה.

שילחו לנו מייל והצטרפו לרשימת הדיוור vatikim@megolan.org.il

או הצטרפו לקבוצות הוואטסאפ שלנו בקישור:

<https://chat.whatsapp.com/D0QJuBeoxyv06QkcgwSsdU>

קצרה ונאות הגלן

מועדון מושב רמות | ימי א' אחת לשבועיים | 19:30-21:00

הרצאה מס' 1 | טלוויזיה ותקשורת - היום ואתמול

03.11.2024 | דוד ויצטום

עיתונאי, מומחה בהיסטוריה וחקר התרבות האירופית. מייסד ומגיש התוכנית המיתולוגית "רואים עולם" בערוץ 1. זוכה פרס סוקולוב לעיתונות. נגן צ'לו חובב בהרכבים קאמריים. מול המצלמה ומאחורי הקלעים - פוליטיקה, אקטואליה וחדשות בישראל ומהעולם במבט אישי של אחד מוותיקי רשות השידור.

הרצאה מס' 2 | תולדות המוזיקה הקלאסית

17.11.2002 | זמי רביד

מוזיקאי וחוקר כלי נגינה עתיקים. פסנתרן, נגן עוגב ומנצח. יזם ובעלים של "תיבת הנגינה של זמי", מוזיאון פרטי לכלי נגינה. המוסיקה, שהתחילה בכלל לטקסים דתיים ושימושים אחרים, התפתחה לשירה ולנגינה בכלים שונים שהומצאו לאורך השנים. לאחר פריחתה במשך 300 שנים (באך - ברהמס), החלה לשקוע ולאבד את הקשר עם המאזינים. בהרצאה זו נסקור את התהליכים הללו ונכיר את הכלים השונים.

הרצאה מס' 3 | סמלים של רפובליקה ותרבות צרפת

01.12.2024 | סבין יעקובוביץ

עולה חדשה כבר 25 שנה. ציונית מושבעת ומומחית לתרבות צרפת, בוגרת תארים מאוניברסיטת הסורבון. עו"ד בדימוס בצרפת ובארץ. מרצה ומלמדת את השפה והתרבות הצרפתית על שלל גווניה.

ממשטר המלוכה האבסולוטית עד לרפובליקה הדמוקרטית, צרפת עברה כמה מהפכות וסבלה מחוסר יציבות פוליטית. תוך כדי נולדו הסמלים של צרפת החילונית. למה הדגל כחול, לבן ואדום? מי חיבר את הסיסמה "חירות, שוויון, אחדות?" למה ההמנון "המרסייז" לא נקרא "לה פריזיאן?" למה בחרו באישה, מריאן, MARIANNE כסמל החירות של צרפת? בליווי יצירות אומנות, קטעי קולנוע וסרטי אקטואליה, אנו נבין עד כמה תרבות צרפת מושפעת מאירועים היסטוריים ואין יצירות אומנות מעידות על גיבוש האומה. בדרך משעשעת אנו נחקר זהותה משמעות סמליה של המדינה שתרמה לעולם את "הצהרת זכויות האדם".

הרצאה מס' 4 | איראן זה כאן?

15.12.2024 | ד"ר אסף רגב

חוקר איסלאם ומזרח תיכון מודרני. אוני' בן גוריון ומכון מחקר גבעת חביבה.

מבט עדכני על המעורבות של גופי הביטחון האירניים במזרח התיכון הערבי. אירועי האביב הערבי כמו הזמינו את איראן להתערב באופן משמעותי במתרחש במדינות האזור. נעקוב אחר דוקטרינת המעורבות עקב בצד אגודל, תוך התייחסות פרטנית לשלושת גופי הביטחון ול"ביצועיה" בחלק ממדינות האזור.

הרצאה מס' 5 | "הנכונה את לתת את פניך את גופך לאדמה החריבה הזאת?" -

מפגש החלוצות עם ארץ ישראל

05.01.2025 | ד"ר סמדר סיני

חוקרת ציונות ומגדר ביד טבנקין, חברת עין גב, נצר למייסדי מטולה.

"הנכונה את לתת את פניך את גופך לאדמה החריבה הזאת?"

מפגש החלוצות עם ארץ ישראל - מה הן ציפו שיקרה כאן, מה פגשו בפועל ומה היו ההשלכות של בחירותיהן.

הרצאה מס' 6 | צבע הרימון - ארמניה בין זהות להישרדות

19.01.2025 | ראדה בולוס

מדריכת טיולים מזה 24 שנים בארץ ובחו"ל מומחית לעולם הנוצרי. ילידת נצרת, פעילה חברתית ויזמית מקומית.

ארמניה שוכנת בקווקז הנמוך מוקפת הרים בזלתיים גבוהים ושכנים קרובים ומרוחקים. הארמנים מלאים כרימון, אוהבים נדיבים ויצירתיים. ההיסטוריה שלהם אצילית וססגונית אך היא נצבעה לעיתים קרובות בצבע הרימון.

ההרצאה תתמקד בארמניה ובארמנים. האדם, הטבע, הזהות הלאומית והדתית עם מבט אל העתיד הארמני.

ההרצאה תהיה מלווה במצגת ובמוסיקה ארמנית.

הרצאה מס' 7 | "אֹמְרִים, אֶהְיֶה יֵשׁ בְּעוֹלָם" - שירתו וסיפור חייו של חיים נחמן

ביאליק (9.1.1873-4.7.1934)

02.02.2025 | ד"ר אבי אלון

מרצה על שירה עברית ברחבי הארץ, מייסד קבוצת הפייסבוק "אל תוך השיר". בעל פינה קבועה ברדיו 103fm על הסיפורים מאחורי השירים הגדולים.

ב-5 ביולי, 1934 התפרסמה בעיתון 'דבר' ידיעה שהכתה בהלם את הישוב היהודי בארץ: "נתייתם ישראל - חיים נחמן ביאליק איננו". מדוע דווקא ביאליק הוכתר כמשורר הלאומי? כיצד הצליח ביאליק לבטא את קולם השתוק של מיליוני יהודים ברחבי

העולם, ולהשיב להם תחושת שייכות? ביאליק עורר את השירה העברית מתרדמה בת מאות שנים. מהלכו הגדול - הבנת נפשו הכפולה של האדם כאינדיבידואל וכחלק מעם. בהרצאה נצא למסע מרתק בזמן אל תחנות חייו ונצלול אל תוך שירתו המופתית והמרגשת. במהלך מסענו צפויה לנו הפתעה מרעישת - שירתו רלוונטית וחיונית לחיינו כיום יותר משהייתה אי פעם.

הרצאה מס' 8 | גברים מנגה

16.02.2025 | ד"ר רחל סלומון גץ

ראשת החוג לעיצוב אופנה באוניברסיטת חיפה. חוקרת אופנה ותרבות כמו גם אופנה וזיכרון. מנחת פודקאסט אופנה, כותבת ומבקרת בעיתונות הכתובה (עיתון הארץ) ובטלוויזיה (סוכן תרבות כאן 11), סופרת, יוצרת ואוצרת, זוכת פרס ברנר לספרות.

אם נחזור כמה מאות שנים אחורה, נגלה שהאופנה הייתה במגרש של הגברים: גברים הקפידו ללבוש בגדים גדולים, נפוחים וצבעוניים, להתאפר ואפילו לחבוש פאות. איך נזנחה האופנה הגברית לאורך ההיסטוריה? ואיך הפך הגבר מגנדרן מוגזם למאצ'ו מחוספס שהמראה שלו לא נמצא בראש מעייניו, איך תנועת הלהט"ב השפיעה ומה קורה עם הגברים של היום?

הרצאה מס' 9 | המרד הגדול נגד הרומאים (מרד החורבן) מהותו ומהלכיו לאור הממצאים הארכיאולוגיים.

02.03.2025 | פרופ' מוטי אביעם

ארכיאולוג, מרצה במחלקה ללימודי א"י במכללת כנרת. עוסק במחקר הגליל בתקופות הרימית והביזנטית ב 45 השנים האחרונות. אחת החפירות המרכזיות שלו היתה בשרידי יודפת העתיקה, העיירה היהודית שהייתה הראשונה לספוג את מהלומת הצבא הרומי בפרוץ המרד הגדול.

את ההרצאה, נפתח בסקירה קצרה על המצב הלאומי (החברתי, הסוציו-אקונומי והפוליטי) של החברה היהודית בשלהי ימי הבית השני. מי שירצה, ימצא בסקירה זו גם רמזים אקטואליים. עיקר ההרצאה יוקדש למהלכי הצבא הרומי שנשלח לדכא את המרד, מהקרב הראשון ביודפת שבגליל ועד הקרב האחרון במצדה, וזאת בעיקר בהתייחסות לממצאים הארכיאולוגיים. גם כאן, למרבה העצב אפשר למצוא נגיעות אקטואליה.

הרצאה מס' 10 | נירולוגיה 2025 - חידושים ופריצות דרך בתחום ממשקי מוח-מחשב

23.03.2025 | שרון יפת

חוקר מוח ופסיכולוגיה אבולוציונית. מנהל מעבדה לשעבר באוניברסיטת ת"א, ומרצה במדור ללימודי חוץ של האוניברסיטה העברית.

ב-1932, כתב אלדוס האקסלי את יצירת המופת "עולם חדש מופלא", רומן דיסטופי על עתיד האדם. עד המאה ה-21, "עולם חדש מופלא" היה מוגדר בקטגוריית "המדע בדיוני" של האנושות. העשור המדעי האחרון קורא תיגר על הגדרה זו ומשנה את כל מה שהכרנו עד היום. ההרצאה תעסוק בחציית הגבול בין ביולוגיה לטכנולוגיה ולמבט מרתק לתחום ממשקי מוח-מחשב. האם עולם המדע קרוב לחבר את המוח האנושי למחשבים? ומעל הכל, מדוע?!

נצא למסע מרתק בעקבות האלקטרודות המוחיות הראשונות ועד התפתחות ממשקי מוח-מחשב כיום. האם ממשקי מוח-מחשב יעניקו למשותקים את היכולת ללכת, לאילמים לדבר (וועוד...), נכיר את החוקרים המובילים בעולם ופיתוחים פורצי דרך, נבין את מוחנו טוב יותר ונביט לחזון עולם הניירולוגיה בשנים הקרובות.

הרצאה מס' 11 | משפטי נירנברג

06.04.2025 | פרופ' חנה יבלונקה

ילידת תל אביב. חברת סגל אוניברסיטת בר-אילן. חוקרת בנושאי שואה ותקומה. מזה 22 שנה משמשת כהיסטוריונית של מוזיאון לוחמי הגטאות וכחברת מועצה ביד ושם.

באוקטובר 2025 תמלאנה 80 שנים לפתיחתו של משפט נירנברג הגדול בו עמדו לדין פושעי המלחמה העיקרים. היה זה המשפט הראשון בהיסטוריה בו עמדו נאשמים בפני בית דין בינלאומי. 100 שנות אירועים באירופה קדמו להקמתו של בית הדין הבינלאומי. ההרצאה תעסוק בהתפתחויות שהובילו אליו כמו גם במשפט עצמו, חשיבותו ההיסטורית, החקיקה שקדמה להקמתו וכמובן כיצד הוצגה בו השואה.

הרצאה מס' 12 | מלחמת האזרחים בסוריה - סרט ללא סוף...

27.04.2025 | סא"ל במיל' גיא מלל

שירת שנים רבות בצה"ל/אמ"ן בשורת תפקידים מודיעיניים ופיקודיים, משמש כיום כיועץ למשרדים ממשלתיים, רשויות, ארגונים וגופים פרטיים.

עוסק בהרצאות בתחום הגיאופוליטי משנת 2015 תוך מיקוד בזירה הצפונית.

מלחמת האזרחים בסוריה החלה בשנת 2011 ונמשכת עד ימינו אנו, במעורבות מעצמות, מדינות וכוחות חיצוניים רבים. מהן הסיבות למלחמה? מי נלחם במי? מהי תמונת המציאות בסוריה כיום ואיך כל אלה משפיעים על ישראל וביטחון תושביה? על כל אלה ועל שאלות נוספות העוסקות בעת הנוכחית נספק מענה במהלך ההרצאה.

הרצאה מס' 13 | ייקבע בהמשך השנה | 11.05.2025

הרצאה מס' 14 | ייקבע בהמשך השנה | 25.05.2025

קצרה דרום הגולן

מועדון ותיקים בני יהודה | ימי ב' אחת לשבועיים

סמסטר א' | 4.11.24-3.2.25 | הרצאה ראשונה | 09:15-10:45

2.12.24 | ד"ר רחל שוורץ צחור

יש להם כימיה! תקשורת כימית ביחסיי פרפרים, צמחים ושאר שותפים

הרצאה מרתקת החושפת קשרי גומלין מרתקים מעולם הפרפרים המבוססים על כימיה. איך יודעת הפרפרה להטיל על מין הצמח הבלעדי שטוב למאכל זחליה, שכן שגיאת הטלה תביא למותם. באיזה חומר כימי מרסס זחל זנב הסנונית את אויביו? איזו אבקת קסמים מפזר זכר הדנאית ההדורה על הנקבה כדי שתאתר לו? ואיך משתלבות צרעות ונמלים בחיי הפרפרים.

16.12.24 | ד"ר רחל שוורץ צחור

עצים - עולם ומלואו! תרתי משמע

הם מהווים תשתית לקיומנו, תשתית לקיום עולם חי מגוון, ומבלי שנשים לב הם גם חלק חשוב בתרבות שלנו ובחוויות חיינו. לא יאומן אך בישראל נכרתים בכל שנה בין 100,000 ל-300,000 עצים!

בהרצאה נתוודה לחשיבותם הכבירה של העצים, לחלק החשוב שיש להם בחיינו לצד המצב העגום שבו בישראל כורתים כמות אדירה של עצים. נשמע גם כיצד נוכל לפעול לשיפור המצב.

4.11.24 | ד"ר רחל שוורץ צחור

מהו סוד קסמם וצבעוניותם של הפרפרים?

הפרפרים אינם שומעים ואינם מדברים. בהרצאה נכנס יחד לעולם הדממה שלהם ובין איך הם בכל זאת מתקשרים בינם לבין עצמם ועם מי ששוכן בסביבתם. נעמיק במשמעות של הצבעוניות העזה של הפרפרים בעולם הטבע שבו מסוכן להראות ולבלוט. ואולי נלמד מהפרפרים גם משהו על עצמנו.

18.11.24 | ד"ר רחל שוורץ צחור

גנים פורחים למען אנשים ופרפרים

אנו חיים בעולם בו שטחי הטבע הולכים ומצטמצמים ואילו השטחים האורבניים הולכים וגדלים. בתוך כך עולה חשיבותם של הגנים והגינות הן לתושבים והן כבית גידול לפרפרים ולבעלי חיים נוספים. בהרצאה גם נשמע ונלמד כיצד להקים הלכה למעשה גינה מזמינה לפרפרים.



6.1.25 | עינב כץ קוראים

ימי הסבנטיז העליזים

נחזור לימים הנוסטלגיים עם הלהקות הצבאיות, פסטיבלי הזמר סרטי הקולנוע ובתי הקפה המיתולוגיים. ניפגש עם חבורת לול ולהקת כוורת, נצפה בקטעי ארכיון נדירים ונתענג על השירים היפים והאירועים שעיצבו את התרבות הישראלית.

20.1.25 | עינב כץ קוראים

מבט לתקשורת

צמיחתה של הטלוויזיה הישראלית מימי השחור לבן הנוסטלגיים ועד לתרבות הרייטינג והראליטי. נצפה בשידורים המכוננים של הטלוויזיה בשחור לבן ונבחן את תהליכי השינוי של הטלוויזיה הישראלית מאז ועד היום.

3.2.25 | עינב כץ קוראים

העולם מצחיק אז צוחקים

הרצאה רצינית וגם הומוריסטית על כוחם המרפא של הצחוק וההומור בחינוך, נדבר על הומור עצמי. ועל תפקידו של ההומור השחור, נספר על התפתחות ההומור היהודי וההומור הישראלי נשלב גם קטעי ארכיון נוסטלגיים בשילוב הדגמות מצחיקות להטמעת ההומור בשגרת החיים.

אזכור החרצים

ד"ר רחלי שוורץ צחור

היא אקולוגית, מומחית לפרפרים, לצמחי ארץ ישראל ולקיימות. עבדה שנים רבות בפארק רמת הנדיב כחוקרת, כאחראית הצומח בפארק והקימה את תחום הקיימות בארגון. עשתה את הדוקטורט שלה על פרפרים כביואינדקטור להשפעות אדם באוניברסיטת חיפה.

כתבה את הספר "פרפרים ברמת הנדיב". מיוזמי ומקימי המערך לניטור פרפרים לאומי בישראל, ספירת הפרפרים הגדולה ופרויקט בחירת הפרפר של ישראל.

עינב כץ קוראים

מנחה סדנאות ומרצה בתחומי ההתפתחות האישית, הומור ותקשורת. מנחה קבוצות דיאלוג לצוותי חינוך ומנהלים.

בעברה עיתונאית ברשות השידור וכתבת בערוץ הראשון.





סמסטר א' | 4.11.24-3.2.25 | הרצאה שניה | 11:00-12:30

4.11.24 | ד"ר שמעון עוז

מג'אהליה ועד שיעה

כיצד ומדוע התגבש האסלאם ומהם הרעיונות המהפכניים שהוא נושא עימו? איך התמודדו הנביא ויורשיו עם האתגרים העצומים שניצבו מולם ומהן המשמעויות של המושגים הראשוניים שהם טבעו על חיינו כיום.

18.11.24 | ד"ר שמעון עוז

זרמי המחשבה באסלם הסוני

נציג את התפתחות הזרמים המרכזיים באסלאם הסוני בן זמננו, את יחסם למערב ולמדינת ישראל בשאלות הג'יהאד, ההשתלבות החברתית והפצת הדת, ונבחן פתרונות אפשריים למציאות המורכבת

2.12.24 | ד"ר שמעון עוז

היחסים בין המינים באסלאם כיום

אנשי דת מוסלמים מסוימים תלו בשאלת היחסים בין נשים לגברים את הטעם העיקרי לחולשת המוסלמים אל מול המערב. האמנם? נציג את הדיון הסוער בשאלה מרתקת זו הן בתוך העולם המוסלמי, הן בינו לבין המערב ובתוך כך נבחן את המתרחש בהקשר זה לישראל.

16.2.24 | ד"ר שמעון עוז

ה 7 באוקטובר- מאיפה בא הרוע הזה?

מה באמת היתה "החוויה היהודית" של הנביא מוחמד, כיצד היא עיצבה את יחסו העקרוני של האסלאם ליהודים ומה הקשר בינה לבין לאכזריות הבלתי נתפשת בה נקטו מחבלי חמאס ב-7 באוקטובר?





אוצר החרדים

ד"ר שמעון עוז

בעל דוקטורט בלימודי המזרח התיכון מאוניברסיטת בן גוריון בנגב, מומחה לפוליטיקה ושינוי חברתי אצל ערביי הנגב ולאסלאם סוני. בעל ניסיון מקצועי עשיר על רקע קריירה ארוכת שנים במשרד ראש הממשלה, עמית מחקר במכון למדיניות נגד טרור בבית הספר לאודר לממשל, דיפלומטיה ואסטרטגיה באוניברסיטת רייכמן.

מורדי קרשנר

במאי ומפיק סרטים דוקומנטריים מזה שלושים שנה.

סרטיו עוסקים בסוגיות שהן בליבה של החברה הישראלית ושודרו בערוצי הטלוויזיה ובפסטיבלים בארץ ובעולם. מתמחה בתחום הראיונות הדוקומנטריים ובין היתר היה אחראי על הפקת פרויקט תיעודי ניצולי השואה של סטיבן ספילברג בישראל.

מרצה לקולנוע ולבימוי והפקה דוקומנטרית במכללות ובקתדרות ברחבי הארץ.

פסיכותרפיסט המטפל גם בדוקו תרפיה.

6.1.25 | מורדי קרשנר

יהלומים

נכיר את הסדרה יהלומים העוסקת בסיפורה של משפחת וולפסון החרדית מאנטוורפן שבבלגיה.

מדובר בסיפור של אחת המשפחות היהודיות העשירות העוסקות בסחר ביהלומים תוך שמירה על המסורת היהודית חרדית.

נראה איך כל זה בא לידי ביטוי כשמשבר עסקי והסתבכות פלילית פוקדת את המשפחה.

20.1.25 | מורדי קרשנר

וורט

דרך סדרת הראליטי 'וורט' המנסה לשדך את בני המגזר החרדי נוכל לקבל הצצה לעולם השידוכים בו עסקנו רבות. בעזרת קטעים מהסדרה והמקבילות שלהם בסדרות אחרות נבחן עד כמה אמינה סדרת הראליטי ומשקפת את המציאות.

3.2.25 | מורדי קרשנר

בנות ברק

הסדרה 'בנות ברק' מפגישה אותנו עם נשים הנקראות חרדיות, משתייכות לקהילה החרדית, ממש לא מייצגות את רובה אבל מתעקשות להיות חלק ממנה. הן עצמאיות, פורצות דרך וחיות בין העולמות. דרך הסיפורים שלהן נוכל לעמוד על התהליכים המרתקים העוברים על החברה החרדית.

3.3.25 | רון ברק

טיול לארץ הגבוהה - קירגיסטן.

מסורות של נודים ונפים שאין דומה להם במרכז אסיה.

17.3.25 | רון ברק

טיול ארכיאולוגי למזרח טורקיה.

אל הסהר הפורה, אזורי המחיה של הכורדים, אארט והקצ'קר.

7.4.25 | רון ברק

טיול ליוון ההרית

כפרים נידחים, קניוני ענק והרבה אוירה יוונית משובחת.

21.4.25 | ד"ר חגי עמיצור

ירושלים בתפארתה

המקדש ומקומו בחיי העם.

5.5.25 | ד"ר חגי עמיצור

ירושלים בתפארתה

העלייה לרגל מהגליל לירושלים בימי הבית השני.

19.5.25 | עמי איזן

"המוח המיסטי"

כל אחד מאיתנו חווה חוויות שלא ניתנות להסבר רציונלי. האם ההסבר לתופעות מיסטיות נמצא במוח או במקום אחר,

או בשום מקום...

נחקור את נקודות ההשקה בין הידוע לנו במדעי המוח לבין החוויות המיסטיות השונות והאם יש קשר ישיר ביניהם.

9.6.25 | ד"ר חגי עמיצור

ירושלים בתפארתה

איך מסתדרים עם מיליון אורחים בחג?

אודות החיפוש

רון ברק

צלם והרפתקן שמטייל בעולם שיספר על טיוליו המרתקים והתרבויות אליהן נחשף. ההרצאות מלוות בתמונות וסרטי וידאו.

עמי איזן

בעל תואר ראשון במדעי המוח באוניברסיטת תל-אביב ותואר שני בנורוביולוגיה במכון ויצמן. מוזיקאי ומלחין.

ד"ר חגי עמיצור

חוקר א"י ומנהל מרכז לחקר הגליל. מתמחה בחקר תולדות הגליל תוך דגש על הישוב היהודי לאורך הדורות. בין שאר התפקידים שמילא בעבר מנהל מדרשת הגולן מנהל ב"ס שדה קשת יהונתן, מנהל החטיבה האקדמית וראש המרכז לחקר צפת והגליל במכללת צפת ומרצה ביחידה ללימודי חוץ בלימודי תיירות בב"ס לתיירות של אוניברסיטת חיפה.

3.3.25 | פרופ' ינון שבטיאל

**הכה שאול באלפיו ודוד ברבבותיו
- הגיבור הטראגי מול הגיבור
האולטימטיבי**

שאול ודוד, שני מנהיגים צבאיים, האחד מלך ישראל האולטימטיבי, המשיח העתידי של עם ישראל, השני מלך כסמל לאכזבה ולהתמצה.

17.3.25 | גבי זהר

"מדוע עיתונאים מזייפים כתבות?"

ביקורת על תופעת המידע הכוזב שמופץ ברשתות החברתיות ובעיקר בעיתונות הרצינית והממוסדת, שגם בה מתגלים בקיעים, ומתפרסמות ידיעות וכתבות שקריות. ההרצאה מלווה בסיפורים רבים, מהארץ ומחול, המדגימה את תופעת זיוף הכתות, תוך הסבר על הרקע של עולם הכתות.

7.4.25 | גבי זהר

"חלוצים ? לא מה שחשבתם"

מי היו החלוצים באמת ומה הם עשו, מי בכלל נחשב לחלוץ, ומדוע האתוס סביב החלוצים היה בהיקף רחב בהרבה ממספרם האמיתי ? ההרצאה מציגה תמונה מעדכנת על התנועה החשובה בין עלייה שנייה לשלישית, שתרמה לבניין הארץ והמדינה היהודית בראשית דרכה.

21.4.25 | דקלה ברלינסקי

**לפלנד - מסע חורף מושלג/ם בארץ
בני הסאמי**

הגעתי ללפלנד בעקבות שניים מגיבורי ילדותי - נילס הולגרסן ואלה קרי. לפלנד היא ארצם של בני ה"סאמי" והיא משתרעת על שטחים נרחבים בצפון פינלנד, שוודיה נורבגיה ורוסיה. מי הם אותם "לאפים" ואיך לפלנד המודרנית השפיעה על אורח חייה של האוכלוסייה הילידית האחרונה באירופה? נצא למסע רווי אדרנלין עם איילי הצפון, דרך הים הקפוא ונופי הטונדרה הלבנים בחורף הקסום של לפלנד.

5.5.25 | דקלה ברלינסקי

**מסע מתוק בעקבות מאכל האלים -
השוקולד**

אומרים שתשעה מכל עשרה אנשים לא יכולים בלי שוקולד ושהעשירי כנראה משקר... הצטרפו אליי למסע מסביב לעולם בעקבות השוקולד! נבחן את השימושים הראשונים בו בתרבויות העתיקות של מרכז אמריקה, המעבר לאירופה והשינויים שעבר עד המוצר שאנחנו מכירים היום. נתאר גם את החלקים הפחות מתוקים הקשורים בגידולו בחגורת הקקאו ונראה איפה תוכלו להמתיק את טיולכם הבא עם שוקולד מקומי.

אוצר החיים

דקלה ברלינסקי

מדרכת טיולים גיאוגרפיים בחו"ל,
בדגש טבע ותרבות, מורת דרך בארץ
ומרצה.

בוגרת לימודי אמנות וצילום, פוטו
תרפיה והנחיית קבוצות ובעלת תואר
שני בניהול משאבי אנוש וייעוץ ארגוני
מאוניברסיטת תל אביב.

מדריכה ביפן, באיסלנד, בלפלנד,
באפריקה ובאמריקה באיילה גיאוגרפית
ובחברה הגיאוגרפית ומרצה על
מקומות שונים בעולם, בשילוב סיפורים
אישיים וצילומים, בדגש על טבע
מרהיב ומגוון ותרבויות עשירות.

פרופ' ינון שבטיאל

חוקר תולדות עם ישראל בגליל
בתקופת הבית השני בפנ ארכאולוגי
ספלאולוגי (מערתות). מחקריו עוסקים
בחיפיתן של שיטות ההגנה של יהודי
הגליל בתקופת המרירות ברומאים.
המחקר מתמקד באיתורן של מערות
מקלט, מערות מפלט ומערכות
מסתור, בתייעודן של החללים התת-
קרקעיים, סקירתן ולעיתים בחפירתן
הארכאולוגית, תוך בחינת ההיבט
ההיסטורי של השימוש בהן על ידי
יהודים בעתות של מצוקה.

גבי זהר

מורה דרך מוסמך, עובד סוציאלי קליני
ופסיכותרפיסט, עיתונאי ועורך תוכניות
ברדיו שנים רבות. מרצה לנושאים
הקשורים בתקשורת, בפסיכולוגיה,
ובאתרים שונים בארץ ובעולם.

19.5.25 | פרופ' ינון שבטיאל

יוסף בן מתתיהו - האמנם אלוף פיקוד צפון כושל והיסטוריון מזהיר?

האם היה הבוגד היהודי האולטימטיבי,
או רמטכ"ל מוכשר שהחליף את החרב
והכידון בעט סופרים. מה עשה רמטכ"ל
הגליל כדי להכין את תושבי הגליל
היהודים לקראת פלישת הלגיונות
הרומאים? מי אתה, יוסף - האדם היחיד
בעולם שהיה עד ראייה לשריפת בית
המקדש השני והנציח את שראו עיניו
בספר ששרד מהתקופה ההיא והוא בן
אלפיים שנים.

9.6.25 | פרופ' ינון שבטיאל

ממנהיגות מורדת למנהיגות לומדת - על שלושה גיבורי ספרות חז"ל

רבן יוחנן בן זכאי - מציל האומה
היהודית מהרס תרבותי.
רבי עקיבא בן יוסף - גדול התנאים
והתומך הגדול במרד בר כוכבא.
רבי יהודה נשיא - המנהיג שהופך את
העם היהודי מעם החרב לעם הספר,
המבריא של החברה היהודית.



קצרה צפון הגולן

בית ותיקי צפון הגולן מתחם וואסט | ימי ב' אחת לשבועיים

סמסטר א' | הרצאה ראשונה | 08:30-10:00

4.11.24 | ד"ר שמעון עוז

"להבין איסלאם" - מג'אהליה ועד שיעה

כיצד ומדוע התגבש האסלאם ומהם הרעיונות המהפכניים שהוא נושא עימו? איך התמודדו הנביא ויורשיו עם האתגרים העצומים שניצבו מולם ומהן המשמעויות של המושגים הראשוניים שהם טבעו על חיינו כיום.

18.11.24 | ד"ר שמעון עוז

"להבין איסלאם" - זרמי המחשבה באסלאם הסוני

נציג את התפתחות הזרמים המרכזיים באסלאם הסוני בן זמננו, את יחסם למערב ולמדינת ישראל בשאלות הג'האד, ההשתלבות החברתית והפצת הדת, ונבחן פתרונות אפשריים למציאות המורכבת.

2.12.24 | ד"ר שמעון עוז

"להבין איסלאם" - היחסים בין המינים באסלאם כיום

אנשי דת מוסלמים מסוימים תלו בשאלת היחסים בין נשים לגברים את הטעם העיקרי לחולשת המוסלמים אל מול המערב. האמנם? נציג את הדיון הסוער בשאלה מרתקת זו הן בתוך העולם המוסלמי והן בינו לבין המערב ובתוך כך, נבחן את המתרחש בהקשר זה לישראל.

16.12.24 | ד"ר שמעון עוז

"להבין איסלאם" - ה 7 באוקטובר - מאיפה בא הרוע הזה?

מה באמת הייתה "החווייה היהודית" של הנביא מוחמד, כיצד היא עיצבה את יחסו העקרוני של האסלאם ליהודים ומה הקשר בינה לבין לאכזריות הבלתי נתפשת בה נקטו מחבלי חמאס ב 7 באוקטובר ?

6.1.25 | מורדי קירשנר

"המסך נפתח" - הסידרה "יהלומים"

נכיר את הסדרה "יהלומים" העוסקת בסיפורה של משפחת וולפסון החרדית מאנטוורפן שבבלגיה.

מדובר בסיפור של אחת המשפחות היהודיות העשירות העוסקות בסחר ביהלומים תוך שמירה על המסורת היהודית חרדית. נראה איך כל זה בא לידי ביטוי כשמשבר עסקי והסתבכות פלילית פוקדת את המשפחה.

20.1.25 | מורדי קירשנר

"המסך נפתח" - הסידרה "וורט"

דרך סדרת הראליטי המנסה לשדך את בני המגזר החרדי נוכל לקבל הצצה לעולם השידוכים בו עסקנו רבות. בעזרת קטעים מהסדרה והמקבילות שלהם בסדרות אחרות נבחן עד כמה אמינה סדרת הראליטי ומשקפת את המציאות.

3.2.25 | מורדי קירשנר

"המסך נפתח" - הסידרה "בנות ברק"

הסדרה מפגישה אותנו עם נשים הנקראות חרדיות, משתייכות לקהילה החרדית, ממש לא מייצגות את רובה אבל מתעקשות להיות חלק ממנה.

הן עצמאיות, פורצות דרך וחיות בין העולמות. דרך הסיפורים שלהן נוכל לעמוד על התהליכים המרתקים העוברים על החברה החרדית.



4.11.24 | עינב כץ קראים

העולם מצחיק אז צוחקים

הרצאה רצינית וגם הומוריסטית על כוחם המרפא של הצחוק וההומור בחיינו, נדבר על הומור עצמי ועל תפקידו של ההומור השחור, נספר על התפתחות ההומור היהודי וההומור הישראלי נשלב גם קטעי ארכיון נוסטלגיים בשילוב הדגמות מצחיקות להטמעת ההומור בשגרת החיים

18.11.24 | עינב כץ קראים

ימי הסבנטיז העליזים

נחזור לימים הנוסטלגיים עם הלהקות הצבאיות, פסטיבלי הזמר סרטי הקולנוע ובתי הקפה המיתולוגיים. ניפגש עם חבורת לול ולהקת כוורת, נצפה בקטעי ארכיון נדירים ונתענג על השירים היפים והאירועים שעיצבו את התרבות הישראלית.

2.12.24 | עינב כץ קראים

"כוח הזיכרון"

היכולת לזכור היא אחד מהנכסים החשובים ביותר שיש לאדם. כל החוויות שאנו צוברים והאירועים החשובים נמצאים אצלנו בזיכרון, יש זיכרונות שלא נסכים להיפרד מהם בעד שום הון שבעולם ויש זיכרונות שהיינו מעדיפים לשכוח אותם. הכול צרוב בדיסק הזיכרון וזה כמעט בלתי אפשרי לדמיין את עצמנו חיים בלי זיכרון.

איפה הנחת? מה רציתי להגיד? מה רציתי לקחת?
מה קורה לזיכרון שלנו ככל שאנו מתבגרים? איך פועל הזיכרון שלנו? כמה אנחנו יכולים בעצם לסמוך עליו? ומהו סוד הזיכרון המצוין?

16.12.24 | עלי קדם

ארכיטקטורה ומבנים בקיבוצים

במפגש נעסוק בשאלה האם קיים דבר כזה "אדריכלות קיבוצית". מה כללו התוכניות הראשונות לחדרי אוכל (רמז: עמדה לשטיפת מגפיים...) איך התפתחה הדירה הקיבוצית מחדר של 15 מ"ר לווילה של 160 מ"ר. מי המציא את "המדרכה" ועוד.

6.1.25 | עלי קדם

עברית קשה שפה

נציג השפעות של שפות שונות על העברית: יידיש (א גרוייסע מציאה) אנגלית (מה האג'נדה שלכם) ערבית (הייתה לנו אחלה חאפלה). במהלך השנים התפתחו כמה "שפות" לצד העברית התקנית. ישנה השפה הצה"לית עם כל ראשי התיבות שלה (פז"מ, פצת"א, תאג"ד וכו'), השפה הקיבוצית (פקק, סדרן עבודה, מכונית לחבר, השכבה, הקמה) שפת הסלנגים (אחי, אין לך סיכוי - חבל"ז) ועוד. האם העברית באמת נמה 2000 שנה?

20.1.25 | רזיה מרחב

סלפי ודיוקן עצמי - כיצד אציג את מי שאני?

הרצאה יצירתית המחברת בין עבר ומסורת לימינו אנו - תקשורת דיגיטלית, סמרטפונים, צילומי סלפי וגם איך ניתן ללמוד מצוירי דיוקנאות העבר ומצילומי סלפי העכשוויים כיצד להציג את עצמנו במיטבנו.

3.2.25 | רזיה מרחב

לא סתם אימוג'י - סמלים וסימנים באמנות

החיים שלנו מלאים בסמלים: מהלוגו שמשמש את בעל העסק לייצג עצמו, דרך האימוג'ים שבהם משתמשים כדי להעביר מסרים לא מילוליים ועד התמורות ברחוב והאייקונים השונים סביבנו. איפה ואיך נמצאים כל אלה באמנות החזותית? במה הם דומים? במה שונים? איך האמנים משתמשים בסמלים וליאזה צורך? האם אפשר ללמוד משהו על עצמנו ועל הדרך שלנו להשתמש בסמלים מסוגים שונים בחיים שלנו?



על החיים

ד"ר שמעון עוז

בעל דוקטורט בלימודי המזרח התיכון מאוניברסיטת בן גוריון בנגב, מומחה לפוליטיקה ושינוי חברתי אצל ערביי הנגב ולאסלאם סוני. בעל ניסיון מקצועי עשיר על רקע קריירה ארוכת שנים במשרד ראש הממשלה, עמית מחקר במכון למדיניות נגד טרור בבית הספר לאודר לממשל, דיפלומטיה ואסטרטגיה באוניברסיטת רייכמן.

מורדי קרשנר

במאי ומפיק סרטים דוקומנטריים מזה שלושים שנה. סרטיו עוסקים בסוגיות שהן בליבה של החברה הישראלית ושודרו בערוצי הטלוויזיה ובפסטיבלים בארץ ובעולם. מתמחה בתחום הראיונות הדוקומנטריים ובין היתר היה אחראי על הפקת פרויקט תיעוד ניצולי השואה של סטיבן ספילברג בישראל. מרצה לקולנוע ולבימוי והפקה דוקומנטרית במכללות ובקתדרות ברחבי הארץ. פסיכותרפיסט המטפל גם בדוקו תרפיה.

עינב כץ קוראים

מנחה סדנאות ומרצה בתחומי ההתפתחות האישית, הומור ותקשורת. מנחה קבוצות דיאלוג לצוותי חינוך ומנהלים. בעברה עיתונאית ברשות השידור וכתבת בערוץ הראשון.

עלי קדם

יליד 1948, בן וחבר קיבוץ מעגן, עיתונאי, מוזיקאי ותיירן. בשנים האחרונות לומד וחוקר מספר תחומים, ומרצה עליהם לקהלים שונים, בעיקר לגמלאים.

רזיה מרחב

ציירת, מרצה, מנחת סדנאות מלווה תהליכים בציור לנוער ומבוגרים, תואר שני בתולדות האומנות ו 35 שנה של הוראת ציור ותולדות האומנות ומפתחת השיטה "נהר החיים" - הגישה הביוגרפית בשיטת רודולף שטיינר ברוח האנתרופוסופיה והתרפיה.



3.3.25 | פרופ' ינון שבטיאל

הכה שאול באלפיו ודוד ברבבותיו - הגיבור הטראגי מול הגיבור האולטימטיבי

שאול ודוד שני מנהיגים צבאיים האחד מלך ישראל האולטימטיבי, המשיח העתידי של עם ישראל. השני כסמל לאכזבה ולהחמצה.

17.3.25 | גבי זוהר

ביקורת התקשורת

מדוע עיתונאים מזייפים כתבות - על תופעת המידע הכוזב שמופץ ברשתות החברתיות ובעיקר, בעיתונות הרצינית והממוסדת שגם בה מתגלים בקיעים, ומתפרסמות ידיעות וכתבות שקריות.

ההרצאה מלווה בסיפורים רבים, מהארץ ומחול"ל המדגימה את תופעת זיוף הכתות, מנסה להסביר את הרקע לכך.

7.4.25 | גבי זוהר

החלוצים בארץ ישראל

חלוצים ? לא מה שחשבתם - מי היו החלוצים במאת ומה הם עשו, מי בכלל נחשב לחלוץ, ומדוע האתוס סביב; החלוצים; היה הרבה, אבל הרבה מעבר למספר האמיתי שלם בפועל. בהרצאה מרתקת מביאים תמונה מעדכנת על התנועה החשובה בין עלייה שנייה לשלישית, שתרמה לבניין הארץ והמדינה היהודית בראשית דרכה.

21.4.25 | דקלה ברלינסקי

הטבע הפראי של יפן כמעצב תרבות

היפנים פיתחו לאורך ההיסטוריה תרבות ייחודית ומסקרנת, שהושפעה בין השאר מהטבע הפראי שלה - שעיצב את המיתוסים, הדת, ההתנהגות ואורח החיים היפני עד היום. בהרצאה זו נצא למסע פוטוגני במיוחד, בארבעת האיים הגדולים של יפן, בין נופים געשיים ופראיים, אגמי לוע מרהיבים, תופעות טבע, שמורות מעניינות, עונות השנה וחוויות אישיות מאותו טבע עוצמתי.

5.5.25 | דקלה ברלינסקי

על אמנות רחוב ותרבויות ילדיות

ב-2016 צייר אמן הרחוב הברזילאי, אדוארדו קוברו, את ציור הקיר הגדול בעולם עד אז (על פי ספר גינס) בשדרה האולימפית בריו דה ז'נירו. בציור שנקרא "אתניאס", מופיעות חמש דמויות המייצגות חמש קבוצות אתניות מחמש היבשות, כסמל לאחדות. נצא בהשראת הציור למסע מרתק מסביב לעולם, בעקבות אותן תרבויות ילדיות ייחודיות שמנסות לשמר את מסורותיהן בעולם המודרני, המנסה לשנות אותן.

19.5.25 | פרופ' ינון שבטיאל

יוסף בן מתתיהו - אלוף פיקוד צפון כושל והיסטוריון מזהיר האמנם?

הבוגד היהודי האולטימטיבי, או רמטכ"ל מוכשר שהחליף את החרב והכידון בעט סופרים. מה עשה רמטכ"ל הגליל כדי להכין את תושבי הגליל היהודים לקראת פלישת הלגיונות הרומאים? מי אתה, יוסף- האדם היחיד בעולם שהיה עד ראייה לשריפת בית המקדש השני והנציח את שראו עיניו בספר ששרד מהתקופה ההיא והוא בן אלפיים שנים.

9.6.25 | פרופ' ינון שבטיאל

ממנהיגות מורדת למנהיגות לומדת - על שלושה גיבורי ספרות חז"ל

רבן יוחנן בן זכאי - מציל האומה היהודית מהרס תרבותי.
רבי עקיבא בן יוסף - גדול התנאים והתומך הגדול במרד בר כוכבא.
רבי יהודה נשיא - המנהיג שהופך את העם היהודי מעם החרב לעם הספר, המבריא של החברה היהודית.



3.3.25 | אחיק דור

מי גילה את אמריקה

קולומבוס התאכזב לגלות שגילה יבשת חדשה ולא את הדרך להודו. הוא זכה בתואר מכובד, אך בעצם לא הוא גילה את היבשת. מי באמת גילה את אמריקה?

17.3.25 | אחיק דור

גג העולם

טיפוס הרים החל רק במאה ה-18. מאז קיימת תחרות מי יניח את רגלו יותר גבוה. כנראה שבריטי היה הראשון שדרך על פסגת העולם, אבל עדיין לא ברור אם הוא היה הודי (נפאלי), ניו זילנדי או אנגלי?

7.4.25 | אחיק דור

להגיע לקצה

ארנסט שאקלטון - סיפור על מנהיגות יוצאת דופן במסע לאנטרקטיקה.

21.4.25 | ד"ר רחל שוורץ צחור

מהו סוד קסמם וצבעוניותם של הפרפרים?

הפרפרים אינם שומעים ואינם מדברים. בהרצאה נכנס יחד לעולם הדממה שלהם ובבין איך הם בכל זאת מתקשרים בינם לבין עצמם ועם מי ששוכן בסביבתם. נעמיק במשמעות של הצבעוניות העזה של הפרפרים בעולם הטבע שבו מסוכן להראות ולבלוט. ואולי נלמד מהפרפרים גם משהו על עצמנו.

5.5.25 | ד"ר רחל שוורץ צחור

עצים - עולם ומלואו!

הם מהווים תשתית לקיומנו, תשתית לקיום עולם חי מגוון, ומבלי שנשים לב הם גם חלק חשוב בתרבות שלנו ובחויית חיינו, לא יאומן אך בישראל נכרתים בכל שנה בין 100,000 ל-300,000 עצים!

בהרצאה נתוודה לחשיבותם הכבירה של העצים, לחלק החשוב שיש להם בחיינו לצד המצב העגום שבו בישראל כורתים כמות אדירה של עצים. נשמע גם כיצד נוכל לפעול לשיפור המצב

19.5.25 | אביטל גון

ניו מדיה - ברכה או קללה?

מאז תחילת המילניום השתנה עולם התקשורת מן הקצה אל הקצה. מהפכת ה"ניו-מדיה" שינתה לא רק את האמצעים והדרך שבה אנו צורכים תקשורת המונים, אלא גם את ההרגלים, הסגנון והתוכן. ערכם של אתרי אינטרנט, אפליקציות ופלטפורמות האמירו לשחקים, בזמן שאמצעי תקשורת מסורתיים כעיתונים, תחנות רדיו וטלוויזיה הצטמצמו, קוצצו ואפילו נסגרו.

האם צרכני התקשורת יצאו נשכרים מהשינוי הגורף? האם פתיחת השערים לכל בלוגר ומגיב היא הדמוקרטיה במיטבה או הפקרות חסרת מעצורים? ומה לימדו אותנו אירועי הדמים של ה-7 באוקטובר על עולם התקשורת החדשה והשולטים בו? בהרצאה זו נעשה סדר בביליל הסרטונים, הציוצים וחדשות הכזב שמציף אותנו בשנים האחרונות.

9.6.25 | אביטל גון

"לכל שיר סיפור" - הסיפורים שמאחורי הלהיטים הגדולים

איזה שיר של הביטלס נועד להסתיר רומן מחוץ לנישואים? את מי באמת האשימה הזמרת קרלי סיימון שהוא "כה יהיר"? מיהו הזמר ששירו "הרג ברכות" את רוברטה פלאק? ואיזה שיר של ניל יאנג הצית את חמתם של חברי להקת "לינארד סקינארד", עד שכתבו לו שיר בתגובה?

רבים מלהיטי הרדיו הקלאסיים מסתירים מאחוריהם סיפורים מרתקים, שחלקם מוכרים ושגורים, אבל אחרים נסתרים ומפתיעים. אביטל גון, שדרן רדיו "קול רגע" בצפון לוקח אתכם למסע אל הסיפורים הנסתרים שליוו את יצירתם של הלהיטים שכולנו מכירים ואוהבים.



על התרבות

פרופ' ינון שבטיאל

חוקר תולדות עם ישראל בגליל בתקופת הבית השני בפנ ארכאולוגי ספלאולוגי (מערתות). מחקריו עוסקים בחשיפתן של שיטות ההגנה של יהודי הגליל בתקופת המרידות ברומאים. המחקר מתמקד באיתורן של מערות מקלט, מערות מפלט ומערכות מסתור, בתיעודן של החללים התת-קרקעיים, סקירתן ולעיתים בחפירתן הארכאולוגית, תוך בחינת ההיבט ההיסטורי של השימוש בהן על ידי יהודים בעתות של מצוקה.

גבי זהר

מורה דרך מוסמך, עובד סוציאלי קליני ופסיכותרפיסט, עיתונאי ועורך תוכניות ברדיו שנים רבות. מרצה לנושאים הקשורים בתקשורת, בפסיכולוגיה, ובאתרים שונים בארץ ובעולם. מדריך אצלנו את סדרת "טיול מזמר" עם עפר גביש.

דקלה ברלינסקי

מדריכת טיולים גיאוגרפיים בחול, בדגש טבע ותרבות, מורת דרך בארץ ומרצה. בוגרת לימודי אמנות וצילום, פוטו תרפיה והנחיית קבוצות ובעלת תואר שני בניהול משאבי אנוש וייעוץ ארגוני מאוניברסיטת תל אביב. מדריכה ביפן, באיסלנד, בלפלנד, באפריקה ובאמריקה באיילה גיאוגרפית ובחברה הגיאוגרפית ומרצה על מקומות שונים בעולם, בשילוב סיפורים אישיים וצילומים, בדגש על טבע מרהיב ומגוון ותרבויות עשירות.

אחיק דור

תושב מרום גולן, אבא לשלוש בנות. מדריך טיולים בארץ ובחול.

ד"ר רחלי שוורץ צחור

אקולוגית, מומחית לפרפרים, לצמחי ארץ ישראל ולקיימות. עבדה שנים רבות בפארק רמת הנדיב כחוקרת, כאחראית הצומח בפארק והקימה את תחום הקיימות בארגון. עשתה את הדוקטורט שלה על פרפרים כביואינדקטור להשפעות אדם באוניברסיטת חיפה. מיוזמי ומקימי המערך לניטור פרפרים לאומי בישראל, ספירת הפרפרים הגדולה ופרויקט בחירת הפרפר של ישראל.

אביטל גון

עיתונאי, שדרן רדיו, עורך מוזיקלי ומרצה לתקשורת, למד מדעי המדינה והיסטוריה באוניברסיטה העברית. כשדרן בכיר, מנהל מחלקת החדשות ועורך המוזיקה הראשי של רדיו "קול רגע" בצפון בתדרים 91.5 FM. (הגולן ואצבע הגליל) 96FM (עמקים גליל) ביצע תחקירים עבור סרטים וסדרות הטלוויזיה של חיים הכט. מרצה על עיתונות ותקשורת, מוזיקה פופולארית, תרבות וספורט.

הקצרה החקלאית

רבים מוותיקי ומקימי הגולן הינם חקלאיים, עובדי אדמה במובן הרחב והיפה של המילה. מחוברים לקרקע, למים, למזג האוויר, לפריחה ולעונות השנה. וכאלה הם סקרנים ותאבי ידע בעולמות החקלאות. בשנים האחרונות מתפתחת בגולן חקלאות מודרנית, יזמית וחדשנית במגוון נושאים. אנו שמחים, ביחד עם היחידה לחקלאות וחדשנות במכון שמיר וחוות הניסיונות באבנ"י איתן, לחשוף את המיזמים והמגמות הללו בפני ותיקי הגולן.

לאורך השנה נקיים 7 מפגשים אשר ינועו בין אתרים שונים בגולן בהם מתקיימים מיזמים אלו, ובין כיתת הלימוד בחוות הניסיונות עצמה.

המפגשים יתקיימו בימי ד' בשעות הבוקר (שעות מדויקות תימסרנה בהתאם לתכנית היומית) החל מנובמבר ועד לחודש מאי בהתאמה ללוח השנה החקלאי והאזורי. ההגעה למפגשים ולסיורים באופן עצמאי.

ההצטרפות לקתדרה החקלאית כרוכה בהרשמה לכל הסדרה ובתשלום של 280 ש"ח עבור כל המפגשים. במהלך השנה תתאפשר הגעה למפגש בודד בעלות של 60 ש"ח רק על בסיס מקום פנוי.

פתיחת התוכנית מותנית ברישום מינימלי של 12 משתתפים.

אלו הנושאים בהם נעסוק השנה:

מספר מפגש	מועד	נושא המפגש	מרצה
1	13.11.24	מפגש בנושא עבר-הווה-עתיד בחקלאות	יאיר גולן
2	4.12.24	מפגש בנושא מחלות בצמחים	ד"ר ליאור גור
3	8.1.25	יום במכון שמיר - חשיפה למחקרים וסיור בחממת המרכז לשימור פרחי הבר	דינה גלעד חוקרי המכון
4	5.2.25	מפגש בנושא הידרופוניקה והפיתוחים האחרונים בתחום	ד"ר נתיב רוטנברג
5	12.3.25	מפגש בנושא חקלאות ואנרגיות מתחדשות	אוריה רשף
6	2.4.25	סיור בנושא פטריות	חברת אילסר - שעל
7	7.5.25	סיור בתרבויות אלרומ או במשק סטוליאל בשעל - גידול עגבניות	יובל זיו - מרכז משק אלרומ



בית מדרש

מזה מספר שנים מתקיים בית מדרש הנפגש 4 פעמים בשבוע בשעות הבוקר ללימודי קודש וא"י. 3 ימים בשבוע בשעות הבוקר מוקדשים לגברים ופעם אחת מוקדשת לנשים.

אנו רואים ברכה בשגרת הלימוד והמפגש החברתי ומזמינים ציבור נוסף מכל המגזרים להצטרף ללימוד.

המפגשים מתקיימים בבית הכנסת בחספין.

לפרטים: אורי ידידיה 050-5244649, רחלה ליפשיץ 054-2883298

פנאי ותרבות



בוקר א תרבות ענין וכל

בשיתוף מועצה מקומית קצרין ואנשיה

השנה אנו שמחים לפתוח מיזם חדש, בשיתוף עם אנשי קצרין, מפגשי בוקר של תרבות, עניין וכיף שיתקיימו מספר פעמים בשנה בהיכל התרבות בקצרין. וזאת מתוך שאיפה לחיבור ואיחוד של כלל תושבי הגולן הוותיקים - עיר וכפר, צפון דרום ומרכז - נפגשים ונהנים יחד.

אנו מקווים כי פעילות כזו תהווה תחילתה של ידידות נפלאה עם אנשי קצרין והפיכתה למרכז פעילות גולני עבור כולנו. ניפגש בהיכל התרבות המקסים בו תוכלו ליהנות גם מקפה ומאפה טרי או כריך טעים במחיר מוזל.

הפעילות תתקיים לאורך השנה, אחת לחודש לערך, ביום שני בבוקר בין השעות 09:00-13:00 ותכלול: מופעים, הרצאות, שיח גלריה, סרטים ועוד... חכו להפתעות...

עלות ההשתתפות למפגש הינה 35 ש"ח ברישום המקוון.

בכדי לסייע לכם להגיע נציע הסעה לאורך הצירים המרכזיים מצפון ומדרום הגולן בעלות סמלית של 30 ש"ח ליום (הסעה הלך ושוב). ברישום המקוון יש לבחור בכרטיס כולל נסיעה.

מפגש ראשון | יום שני | 23.9.24

פותרים שנה במפגש חגיגי ממופע מרגש ונוסטלגי

פגישה לאין קץ - מופע מיצירתו של נתן אלתרמן - ממיטב השירה והפזמונים מיצירתו של נתן אלתרמן, מונולוגים, סיפורים שמאחורי השירים והתקופה, בתי הקפה והתיאטרות - בביצוע המוזיקאי והזמר **נתן סלור**, נכדו של אלתרמן, והשחקנית **אסנת זיביל**.

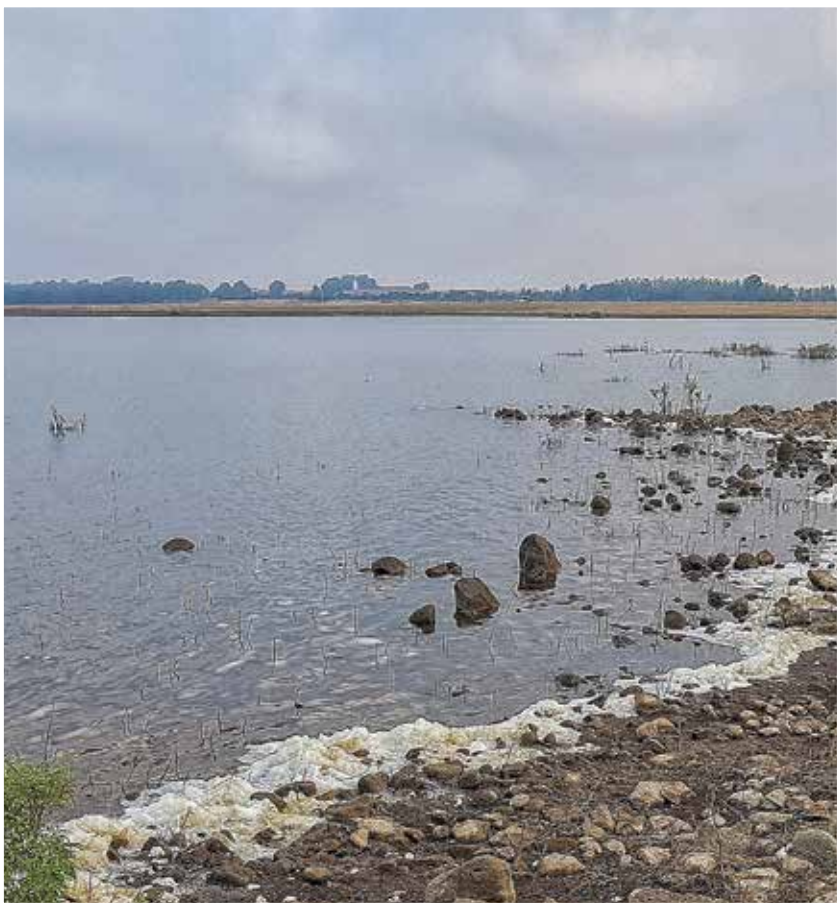
מפגש שני | יום שני | 25.11.24

מארחים את ד"ר יוסי תלמיש להרצאה מרתקת בנושא רפואת המוח הגמיש

מחקרים עדכניים מתחום חקר המוח מתארים כיצד ניתן לרתום תפקודי מוח יומיומיים כגון נשימה, זיכרון, קשב וריכוז, תנועה, מוסיקה, ויציבה ולשיפור הבריאות הפיסית והנפשית.

בהרצאה נכיר את תחום חדש בחקר המוח:
 CLINICAL NEURO-SCIENCE ונחשף ל"טיפים מדעיים" שיתארו איך ניתן להשתמש
 בתפקודי המוח יומיומיים לקידום הבריאות הפיסית והנפשית.
ד"ר יוסי חלמיש הינו רופא העוסק בחקר המוח (בוגר הטכניון ומכון ויצמן למדע).
 בעשור האחרון משמש יוסי כגשר בין ההבנות מחקר המוח העוסקות ביכולות
 הטבעיות של המוח לשיפור, טיפול ושיקום ובין הקהל הרחב.

**בהמשך השנה מתוכננים עוד ימי כיף - רשמו לפניכם את תאריכי המפגשים
 הבאים, תוכנית מפורטת לכל מפגש תפורסם קרוב למועד, בימי שני - האחרון
 בחודש: 27.1.25 | 31.3.25 | 28.4.25 | 26.5.25 | 30.6.25**



חוגים בחינוך האזרחי

סדנת רקמה - בהדרכת ירדנה עציון

מה זה? בסדנה נקבל השראה מאמני טקסטיל מסורתיים ועכשוויים ונרקום בחוטים, על סוגי בדים ומגוון חומרים מהטבע. הרקמה אותנטית, מתאימה לכל אחת ואחת והיא כלי אינטואיטיבי לחיבור וביטוי ולהרבה מאד שמחה ותחושת ערך עצמי, הנאה מובטחת! רקמה הנעשית במשותף (כמו שהיה בתקופת אימותינו וסבותינו...) ולא נדרשת הכשרה מוקדמת.

איפה? מועדון הוותיקים בבני יהודה.

מתי? ימי א' 9:00 - 12:00 | בכל סמסטר 19 מפגשים

סמסטר ראשון 8.9.24 - 26.1.25

סמסטר שני 2.2.25 - 29.6.25

כמה עולה? בתשלום שנתי מראש 1600 ש"ח.

בתשלום לכל סמסטר בנפרד 870 ש"ח לכל סמסטר.

הרשמה מקוונת באמצעות הקישור שישלח. ניתן לחלק לתשלומים.

ניתן להגיע למפגש ניסיון אך אין אפשרות להגיע למפגש חד פעמי במהלך השנה. בהרשמה מראש - מותנה במינימום 15 משתתפים.

סדנת גילוף בעץ - בהדרכת מאור ועקנין

מה זה? גילוף בעץ הינה טכניקה שנשכחה וכמעט נעלמה מן העולם. במסגרת הסדנה מאור מחזיר אותה לחיים ומעניק למשתתפים חוויה של יצירה אמיתית, אישית ובלתי נשכחת. תוך הקפדה על עבודה בקבוצות קטנות ותשומת לב לכל משתתף ויצירתו.

איפה? מועדון הוותיקים בני יהודה

מתי? ימי ה' | בכל סמסטר 19 מפגשים

חוג ראשון - 8:45-10:15 | **חוג שני -** 10:30-12:00 | במידה ויהיה ביקוש תיפתח

קבוצה נוספת 12:30-14:00

סמסטר ראשון - 5.9.24-30.1.25

סמסטר שני 6.2.25-20.6.25

ניתן להגיע למפגש ניסיון אך אין אפשרות להגיע למפגש חד פעמי במהלך השנה.

כמה עולה? בתשלום שנתי מראש 2300 ש"ח (לכל שיעור). 1170 ש"ח לסמסטר לשיעור אחד 2300 ש"ח לסמסטר לשיעור כפול.

הרשמה מקוונת באמצעות הקישור שישלח. ניתן לחלק לתשלומים.

מדרשיר - בהנחיית רחלה ליפשיץ

מהו מדרשיר? סדרת מפגשי למידה והתבוננות באספקטים שונים של החיים באמצעות שירה וספרות. השנה בחרנו להעמיק בכל סמסטר בנושא מרכזי.

מכיוון שהקורס יתחיל בחודש אלול, יוקדשו השיעורים הראשונים לימים הנוראים, לימי הסליחה והכפרה, הצומות והחגים.

אחרי החגים יופנה מבטנו לעגנון... תחת הנושא - "אהבה ועגינות בסיפורי עגנון" נעסוק בסיפורים שונים ונעקוב אחרי האהבות והתממשותן (או שלא...)

בסמסטר ב' נתמקד בנושאים הקשורים למועדים ולפרשות השבוע.

נושאים כמו: אחריות - מהי? מהי שמחה? מהי גבורה? והאם "עם לבדד ישכון" ברכה או קללה? ועוד.

איפה? מועדון ותיקים בני יהודה

מתי? ימי ג' - 9:30-11:00

סמסטר ראשון - מספטמבר ועד פברואר סמסטר שני - ממרץ ועד יוני.

כמה עולה? תשלום חד פעמי 50 ש"ח או בכרטיסיה (כרטיסיה ניתנת לשימוש בכל אחת מההרצאות ברחבי הגולן) עלות כרטיסיה 500 שקל ל 14 מפגשים.

סמסטר א'

תאריך	נושאים
17.9.24	ימים נוראים מת אב ומת אלול ומת חומם... המלך בשדה - התחדשות במעגל השנה -
24.9.24	והסליחה מאין תימצא? כפרה, מחיקה או מהפכה?
1.10.24	מלכויות, זיכרונות ושופרות - התפילות והקריאות בשני הימים
8.10.24	בין כסה לעשור - בין הכיסוי לגילוי
29.10.24	מבוא לסיפורי אהבה של עגנון - על כפות המנעול - כותרת ומשמעות
5.11.24	עגנון - אהבות לא ממומשות בדמי ימיה - פתיחה והצגת דמויות
12.11.24	בדמי ימיה - סיום ובחינת האירועים
19.11.24	סיפור פשוט - רקע לסיפור משפחתי מפותל
26.11.24	סיפור פשוט - בלומה והירשל
3.12.24	סיפור פשוט - מינה והירשל
10.12.24	עגונות - אומנות מעגנת

17.12.24	והיה העקוב למישור - מה התיישר?
7.1.25	אגדת הסופר - בין סופר סת"ם לסתם סופר
14.1.25	פתיחות של סיפורים - קריאה ב "שלוש אחיות"
21.1.25	תהילה - אירוסין לא ממומשים. האם זו טרגדיה?
28.1.25	גבעת החול - חמדת ויעל חיות - מה היה שם?
4.2.25	הרופא וגרושתו - סיפור בגוף ראשון

סמסטר ב'

תאריך	נושאים
4.3.25	עם לבדד ישכון - ברכה או קללה?
11.3.25	על ראש שמחתי - בין קרנבל בברזיל לשמחת פורים... מהי בכלל שמחה?
18.3.25	ויקהל - קהילה, קהל - הפתרון לשבר בחברה - בניית צוות
25.3.25	"לא בשמים היא" מי קובע את הזמן?
1.4.25	"מותר לו לאדם לשנות בדבר השלום" "גדול השלום שאף הקב"ה שינה בו" היש מושג של שקר לבן???
8.4.25	"וספרתם לכם ממחרת השבת - שבע שבתות תמימות תהיינה"
22.4.25	לקראת יום השווה - סיפור אחד שווה אלף שיעורים
29.4.25	לקראת יום העצמאות ה שבעים ושבעה - הטבע והנס
6.5.25	"דבר אל כל עדת בני ישראל ואמרת עליהם - קדושים תהיו כי קדוש אני ה' אלוהיכם" באמת כל העדה כולם קדושים???
13.5.25	פסח שני - מה זה? העם קובע הלכות? אכן כן ואנחנו לא נבהלים...
20.5.25	אחריות - מילת מפתח -
27.5.25	ההתנהלות במדבר - במדרש ובשיר
3.6.25	מדוע על הנזיר להביא קרבן? האם כי חטא כשהפסיק את בנזירות או אולי חטא כי בחר בה?
10.6.25	מה גבורה? עלייה אל ההר או שהות בו? מעשה הירואי חד-פעמי או התמדה בשגרה?
17.6.25	איכה קָלֵב? ו"אל ראש ההר - העפילו... פרשת שלח - פרשה של ציונות מתחדשת
24.6.25	כל מחלוקת שהיא לשם שמים - סופה להתקיים - מה זה אומר???



אוצון הסרט האוב

עם עפר קידר - בשעות אחר הצהריים

סדרת מפגשים לשוחרי קולנוע בפרט ואמנות בכלל, בהם נצפה יחד בסרט ונדבר עליו בהתבוננות דרך היבטיו השונים - תרבותיים, אומנותיים, גיאוגרפיים, חברתיים וכד'. עפר, בן קיבוץ מעוז חיים. בוגר B.A בקולנוע וטלוויזיה מאוניברסיטת ת"א. בעל ניסיון של 7 שנים במגוון תפקידי הפקה בתעשיית הקולנוע והטלוויזיה בישראל. בשש השנים האחרונות עובד כמורה במגמת התקשורת של תיכון חקלאי כדורי וכמרצה לקולנוע בקתדרת עמק המעיינות.

איפה? מועדון ותיקים בני יהודה

מתי? ימי ב' - 17:00-20:00

כמה עולה? תשלום חד פעמי 50 ש"ח או בכרטיסיה (כרטיסיה ניתנת לשימוש בכל אחת מההרצאות ברחבי הגולן).

רשימת הסרטים והנושאים בהם נצפה השנה :

30.9.24 | מפגש חשיפה - "קודה"

ארה"ב 2021 | 110 דק' | זוכה האוסקר לסרט הטוב ביותר!

על הקשר בין המקור הצרפתי ("משפחת בלייה"), לבין הרימייק האמריקאי המצוין. על השתלטות ענקיות הסטרימינג על עולם הקולנוע (נטפליקס, אפל טיוי פלוס ועוד), שימוש בשחקנים חירשים, עיצוב סאונד ופסקול, ועוד!

11.11.24 | "רדיקלי"

מקסיקו 2023 | 115 דקות | זוכה פרס חביב הקהל בפסטיבל סאנדנס!

נתחבר ל"קודה" דרך השחקן הנפלא אאוניו דרבו, ששיחק שם תפקיד משנה, והפעם מככב בתפקיד הראשי. על תת הז'אנר - סרטים על מורים מעוררי השראה, על הצילום והעיצוב האומנותי בסרט, ובמיוחד על הדרך שבה מוצג העוני.

9.12.24 | "להאיר את השמיים"

לאוס 2013 | 92 דקות | זוכה פרס הסרט והשחקן הטובים ביותר בפסטיבל טרייבקה!

קצת על לאוס, ועל תעשיית הקולנוע המקומית. על יוצרי הסרט האוסטרליים, על קולנוע אנתרופולוגי אקזוטי, על הקשר למלחמת וויטנאם, ועוד... ומה הקשר לזמר גיימס בראון? ועוד...

13.1.25 | "גונג'ן סקסנה: הלוחמת במרומים"

הודו 2020 | 110 דקות.

נישאר שבוע נוסף במזרח הרחוק, והפעם קפיצה להודו! קצת על תעשיית הקולנוע בבוליווד, כמה מילים על מלחמת קארגיל, ומה הקשר לטום קרוז ולסרט "אהבה בשחקים"? על הקשר המיוחד בין הגיבורה לאביה, ועוד...

10.2.25 | "מעשייה אמריקאית"

ארה"ב 2023 | 112 דקות | מועמד ל5 פרסי אוסקר כולל הסרט הטוב ביותר!

על הסיפור המשפחתי במוקד הסרט, על גניבה/הונאה ספרותית, על הצביעות של האקדמיה, התרבות והתקשורת, על ייצוגים של החברה האפרו-אמריקאית ועל מציאות ובדיון בתוך הסרט.

10.3.25 | "ידיד הדייגים"

אנגליה 2019 | 110 דקות

מה מקור השם של הסרט? על סיפורה של להקת דייגים מקומית, על הניגודיות בין העיר הגדולה לכפר הדייגים הקטן, על תרבות הדיג המקומית, נקודת המבט של הגיבור וביקורת על תעשיית המוסיקה הבריטית. דרמה מרגשת ומקסימה!

12.5.25 | "סוד החיים הפשוטים"

צרפת 2023 | 90 דקות

על סצנת הפתיחה המיוחדת, מבט נוסף על מה זה "קולנוע אקזוטי-תיירותי". על שני גיבורים ושני סגנונות חיים, על כיצד אנחנו מתחברים לגיבור בפתיחת הסרט, על מוטיב הקוליניריה בסרט, ועל שניים מהשחקנים הבולטים בקולנוע הצרפתי - גרגורי גבואה ולמברט ווילסון הנפלאים, בסרט מקסים, שיחמם לכולנו את הלב!

חוג ספורט

אין כמו להתחיל את היום בפעילות גופנית - באווירה נעימה, עם חברות וחברים ובהתאמה ליכולות ולצרכים שלנו הוותיקים. ואי אפשר להפריז בחשיבותו של הפעילות הגופנית ובכוחה לשמר ולחזק יכולות בכל תחומי החיים הפיסיים והמנטליים.

לכן גם השנה אנו ממשיכים להציע מגוון חוגי ספורט מותאמי גיל עם מדריכים מעולים.

איפה? אולפן מחול בני יהודה

מתי? ימי א' ו-ג' | 19 מפגשים בכל סמסטר.

מתחילים שנה - 8.9.24 מסיימים שנה - יוני 25

חוג ראשון - 8:30-9:30 | חוג שני - 9:45-10:45

כמה עולה? עלות לסמסטר אחד:

600 ש"ח **לחוג אחד** | 1,100 ש"ח **ל-2 חוגים** | 1600 ש"ח **ל-3 חוגים.**

עלות שיעור בודד 50 שקל.

פתיחת חוג מותנית במינימום 10 משתתפים.

הרשמה מקוונת באמצעות הקישור שיישלח. ניתן לחלק לתשלומים.

שם המדריך	סוג פעילות	יום ושעה
יעל עזרן	יוגה	א' 08:30-09:30
רעות בלזר	צ'י קונג	א' 08:30-09:30
רעות בלזר	פלדנקרייז	א' 09:45-10:45
רוויה לוי	רוקדות ומחזקות	א' 09:45-10:45
רוויה לוי	אימון core ומתיחות	ג' 08:30-09:30
סימה שטרנברג	התעמלות לבריאות הגוף	ג' 08:30-09:30
רוויה לוי	רוקדות ומחזקות	ג' 09:45-10:45
אשבל לב	התעמלות במים - בריכת השחייה (אצל נגה) במעלה גמלא	ד' 08:30-09:15 יפתח אחרי החגים
מירב כהן	התעמלות במים - בריכת בני יהודה	במהלך קיץ 2025

באחריות המשתתפים לוודא כי החוג הינו בעצימות המתאימה למצב בריאותם. וללידע את המדריכה על כל שינוי במצב הבריאותי.

להלן הסבר קצר על אופי הפעילות בכל חוג:

פלדנקרייז | רעות בלזר

שיטת התעמלות בריאותית פורצת דרך בתחום היכולת לרתום את המודעות הקשובה לשיפור יכולות התנועה, הקלה בכאבים, נשימה ויציבה. כל שיעור הינו מסע מרתק באין-סוף האפשרויות הגלומות בגוף האדם ויחסי הגומלין שבין תנועה, תשומת-לב, תחושה והרגשה.

צ'י קונג | רעות בלזר

אומנות תנועה סינית עתיקה המחזקת ומטפחת את זרימת כוח החיים בהשראת ההבנה לחשיבות הקשר שבין תנועה פיזית לתנועת הנשימה, הנפש והרוח. כל שיעור מתפתח מתנועה נמרצת ומשחררת לתנועה נינוחה ועד הרפיה מלאה בשאיפה לאיזון, הרמוניה וחיבור לטבע.

אימון core + מתיחות | רוויה לוי

באימונים נשים דגשים על: גמישות הגוף, יציבות וטכניקה נכונה, נשימות, חיזוק שרירי ליבה ושיווי משקל.

רוקדות ומתחזקות | רוויה לוי

באימונים נשים דגשים על : קואורדינציה, תנועות גוף + סטייל, הקשבה לקצב ולסגנונות, ריקוד, לימוד צעדי ריקוד + קומבינציות, רצף זיכרון תנועות, סיבולת לב ריאה.

יוגה | יעל עזרן

תרגול רך וזורם של תנוחות היוגה, תרגול נשימות נכונות והרפייה של הגוף. התירגול מחזק ומגמיש את הגוף ותורם לבריאות הנפש.

התעמלות לבריאות הגוף | סימה שטרנברג

בשיעורים נקפיד - לחזק את הגוף - שרירים, רצועות, מפרקים. לשמר את צפיפות העצם. להאריך את טווחי תנועה ולשפר גמישות. לשכך כאבים קיימים ולמנוע כאבים עתידיים. להרגיש טוב עם הגוף שלנו.

התעמלות במים - אשבל לב

שיעורי תנועה המתקיימים בבריכה בקבוצה קטנה, ומותאמים ליכולות האישיות של כל משתתף ולמאפייני הגיל. פעילות זאת תומכת בהפחתת כאבים, שיפור טווחי תנועה וחיזוק מפרקים, הפחתת בצקות ושיפור החזר ורידי, שיפור וחיזוק תבנית עמידה/הליכה, שווי משקל ויציבה, שיפור סבולת לב ריאה תוך עבודה על נשימה נכונה.

- אין צורך לדעת לשחות
- מותר לפחד ממים
- קוד הלבוש: מה שנוח ונעים (בגד ים, חולצה וטייץ..)
- והכי חשוב: השמים הם הגבול!

התעמלות במים - קיץ - מירב כהן

במהלך חודשי הקיץ - יולי - אוגוסט תיפתח קבוצת נוספת בבריכת השחייה בבני יהודה. בהדרכת ההידרותרפיסטית מירב כהן. פעמיים בשבוע בשעות הבוקר. מידע מפורט יימסר בסמיכות לפתיחה.



טיולים

סדרת "שביל ותיק"

ממשיכים במסורת האהובה עם סדרת טיולי שביל ותיק ביחד עם המדריכים הנהדרים מטעם מדרשת הגולן אשר בנתה עבורנו תכנית מגוונת ומעניינת.

על אף המתיחות הביטחונית המונעת מאיתנו להגיע לאזורים מסוימים אנו נערכים לצאת ולטייל באתרים בטוחים ומרתקים. וכן, נהיה גמישים ופתוחים לשינויים בכל שיידרש.

דרגות הקושי בתוכנית "שביל ותיק" היא קלה עד בינונית אך בכולם נדרשת הליכה. ההשתתפות בטיול היא על אחריות המשתתף בלבד, לרבות בדיקת התאמתו הרפואית לקראת כל טיול.

הטיולים יתקיימו בימי רביעי.

לקראת כל טיול יוצא עדכון עם המסלול המפורט.

עלות:

מנוי ל"שביל ותיק" ל 8 טיולים - 950 ש"ח.

מנוי זוגי ל-16 טיולים או מנוי משולב "שביל ותיק" + סדרת "אוהבי לכת" - 1700 ש"ח
טיול חד פעמי 160 ש"ח.

תכנית הטיולים עשויה להשתנות בהתאם לתנאי מזג האוויר, המצב הבטחוני והאתרים עצמם.

הרשמה מקוונת באמצעות הקישור שישלח. גם למנוי וגם לטיול בודד.

לפרטים ומידע:

ירדנה (ליישובי דרום הגולן) 050-4004894

נחום (ליישובי צפון הגולן) 050-8147144

18.9.24 | "שוב יוצא הזמר אל הדרך" | טיול בעמק יזרעאל

נטייל בעמק יזרעאל בעקבות השירים הרבים שנכתבו עליו ונצמד בדרכי משוררים. בין מזרח למערב, בין הדת היהודית לדת החקלאות כפי שמשקפת מיומנים ושירים.

30.10.24 | שביל סנהדרין | אושא ושפרעם

נבקר באתרים על שביל הסנהדרין. נפתח את היום בחפירות אושה העתיקה, משם נמשיך לסיור בעקבות בית הכנסת העתיק והיהודים בשפרעם.

27.11.24 | הגשרים התלויים בנשר והחי בר כרמל

נבקר בפארק קק"ל בנשר הנקרא גם פארק הגשרים התלויים במורדותיו של הכרמל. לאחר מכן נעלה אל הכרמל לביקור "בחי בר" הפארק הזאולוגי אשר משמר את חיות הבר הנמצאות בסכנת הכחדה או כאלה שכבר נכחדו.

18.12.24 | בקעת הירדן

נטייל בבקעת הירדן. נעלה עם האוטובוס לתצפית מרהיבה מהסרטבה, נבקר ב"קאסר אל יהוד", האתר בו לפי המסורת חצה עם ישראל את הירדן בכניסתו לארץ בימי יהושוע. היום משמש כאתר טבילה לצליינים. ולאחר מכן נצפין ובדרך הביתה נבקר בגשר הישנה.

15.1.25 | מים חשמל ואתרים מיוחדים בעמק הירדן

נפתח את היום במצפה מוטי הוד, נבקר בסכר דגניה ובסכר אלומות. משם נעבור לאתר דן צימחי ומאגר ירמוכים הקשורים להסכמי המים ישראל ירדן. ובסופו של יום נגיע למקטע סובב כנרת "הג'ונגל" בין האון למעגן.

19.2.25 | פריחה ברמות מנשה

נטייל ברמות מנשה בריכוזי הפריחה של הרכפות והכלניות ופרחי העונה הנוספים.

19.3.25 | עמק חרוד וגבעת המורה

דרך נוף שלוחת צבאים - נתחיל בפארק הצבאים ונסיים במושב רמת צבי. נמשיך לתצפית מגבעת המורה ונבקר ב"חצר הגדולה" במרחביה.

21.5.25 | טיול שקיעה לסיום שנת הטיולים קרוב לבית

נלך לאורך טיילת דרום הגולן, ונעשה תצפית במצפה אל חמה. ומשם נמשיך ונכיר את מיזם "נירים בהרים" המתחבר אצלנו מתחת לאף.

סדרת טיולים "אוהבי אכזר"

ותיקי הגולן מצביעים ברגליים ובאים לטייל איתנו זו השנה השביעית לטיולי טבע ונוף, הליכה והעשרה. גם השנה ילוו אותנו מדריכים מטעם מדרשת הגולן ויחד איתם בנינו תכנית מגוונת ומלאה הפתעות. הצעידה מתאימה לאנשים אוהבי לכת המורגלים בטיולים מסוג זה. דרגות הקושי בטיולים משתנות על פי המקטעים מבינוני עד קשה. השנה נמשיך לטייל בגולן, בגליל ואף להתרחק למקטעים ונופים אחרים. לקראת כל טיול יפורסם המסלול המפורט.

הטיולים יתקיימו בימי שלישי.

עלות:

מנוי לשביל ותיק ל 9 טיולים - 950 ש"ח.

מנוי זוגי ל 18 טיולים או מנוי משולב "שביל ותיק" + סדרת "אוהבי לכת" - 1,700 ש"ח
טיול חד פעמי 160 ש"ח.

חלק מהסדרה הינו טיול שנתי בן 3 ימים אשר מחייב בתוספת תשלום עבור לינה ונסיעות. תוספת התשלום תיקבע בהמשך על פי התוכנית.

דרגות הקושי בתוכנית בינוני עד קשה. ההשתתפות בטיול היא על אחריות המשתתף בלבד, לרבות בדיקת התאמתו הרפואית לקראת כל טיול.

תכנית הטיולים עשויה להשתנות בהתאם לתנאי מזג האוויר, למצב הביטחוני והאתרים עצמם.

הרשמה מקוונת באמצעות קישור שיישלח בסמוך לפעילות, גם למנוי וגם לטיול בודד.

פרטים ומידע: ירדנה שוקרון 050-4004894

מס' / תאריך	מסלול
1 / 24.9.24	נחל כמון ונחל צלמון.
2 / 5.11.24	נחל חיק - מבקעת אלון עד חניון האגם בכרמל.
3 / 10.12.24	נחל יבניאל.
4 / 7.1.25	נחל עמוד תחתון - מקדרים עד חוקוק.
5,6,7 / 9-11.2.25	טיול שנתי לאזור ים המלח.
8 / 1.4.25	נחל שכוי - מעינות שכוי עד לעיקול נחל מירון.
9 / 13.5.25	טיול שקיעה לילי - מאתר סוסיתא עד עין גב.



"פה ולם בצצ הדרך"

סדרת סיורים בימי שישי לאתרים ונקודות עניין לאורך כבישי הגולן

השנה אנו פותחים סדרה חדשה ומרתקת בהדרכת ד"ר ערן מאיר, פה קרוב בגולן וסביבתו. הטיולים מתקיימים בימי שישי בבוקר ומאפשרים גם למי שעובד במהלך השבוע להצטרף אלינו ולהתחבר לפעילויות הנהדרות של ותיקי הגולן. ד"ר ערן מאיר הוא ארכיאולוג וחוקר ארץ ישראל, בן רמת מגשימים המתגורר כיום באלוני הבשן. ידיעותיו והיכרותו עם האזור עמוקות ורחבות ואנו בטוחים שהסיורים ירחיבו דעת גם לאלו שכבר "ראו ומכירים הכול". פירוט אודות האתרים בהם נבקר יישלח לפני כל טיול.

אורך כל סיור כ-3 שעות בין 09:00-12:00

נסיעה במכוניות פרטיות ועצירה בנקודות ההדרכה.

עלות כל הסדרה 200 ש"ח ובהצטרפות לטיול בודד 75 ש"ח.

הרשמה מקוונת באמצעות קישור שיישלח בסמוך לפעילות גם למנוי וגם לטיול בודד.

תאריך	מסלול
29.11.24	ארמים וישראלים יהודים ונוצרים בקדמת כנרת גן לאומי כורסי ועתיקות עין גב. ביקור באתרים לידם אנו עוברים ואף פעם לא עוצרים ונכנסים
31.1.25	מעט המכיל את המרובה - מוזאון עתיקות הגולן מוזיאון קטן אך גדוש במיטב התגליות מהגולן. איך מוזאון נולד ואיך מחליטים מי יכנס ומי יישאר בחצר ?
7.3.25	על הדרך - אתרים לאורך כביש 98 - חלק א' נקודת מפגש - חניית אמפי-גולן. איך כביש נולד? תחנות על הדרך: מצפור כנרת מנדל- המעלה הקדום לגולן, מחסום הקוביות - מי בנה ומתי? המיצר - קרבות וביצורים מלפני 3000 שנים מערת המנורה - יהודים ונוצרים לפני 1500 שנים
9.5.25	פה ושם בצד הדרך - אתרים לאורך כביש 98 - חלק ב' נקודת מפגש - צומת אורחה (ג'וזדר) תחנות על הדרך: תל אורחה - החפירה הראשונה בגולן וגם מקומה של גולן? חאן אורחה - המלון הראשון בגולן תל פרס - הר הגעש היפה בארץ מסגד חושניה - הצ'רקסי האחרון בגולן

סדרת סיורים מיוחדים

סיורי אומנות

רבים מאיתנו חובבי אומנות ושירה ולכן אנו ממשיכים גם השנה בסדרת הטיולים המיוחדים שלנו, בהם נרחיב אופקים ודעת בדרך מיוחדת וחוויתית. סיורים אלו מאפשרים בנוסף לחברותא הנעימה גם להתוודע למקומות מוכרים מזוויות חדשות ובצורה מרגשת וקצת אחרת.

ימי שלישי | סיורי אומנות בהדרכת ירדנה עציון

השנה תנחה את סדרת סיורי האומנות ירדנה עציון (כן, מדריכת חוג הרקמה הנהדרת). מרצה לאמנות עכשווית המתמחה באמנות בקהילה. בוגרת התוכנית לרקמה יצירתית בתל חי. בוגרת האוניברסיטה העברית בחוג לתולדות האמנות ובית הספר הגבוה לעיצוב בשנקר בתוכנית לאמנות בקהילה. חוקרת אומנויות טקסטיליות מסורתיות ויוצרת בתחומי רקמה ו-eco printing יוצרת ומדריכה סיורי אמנות עכשווית ייחודיים המותאמים לקהלים בגיל החוכמה.

ירדנה רוקמת לנו סדרת טיולים צבעוניים ומרתקים. מקומות סופיים של מוזיאונים וגלריות יקבעו בסמוך לתאריך הסיור בכדי שנוכל להיות בגיוון גדול ככל שאפשר.

סיור ראשון | 14.11.24 | סיור בלבן

תכנים של שבטיות, קהילתיות, גישות נשיות, קמאיות ומסורתיות ילוו אותנו בסיור הלבן. הם נמצאים בלב הצורך של החברה כולה להירפא ולנוח מהמאורעות שפקדו אותנו. אמנים ואמניות נדרשים לצורך הקולקטיבי בראייה מאחה ומרפאת ומציעים 'צונאמי אמנות' ישראלי ואוניברסלי כאחד.

סיור שני | 30.1.25 | סיור בצבעי אדמה, בשדות עמק חפר ועמק יזרעאל :

מוזיאונים, גלריות, מרכזי אמנים ותללי עבודה משבצים את האזור כולו ומספקים מפגשים אותנטיים ונוסטלגיים עם רוח העבר של מקימי הארץ שלנו. אמנות עכשווית עוסקת בתכנים אלו במדיומים מגוונים, נבקר ונחוה אותם בשיח מקומי מעשיר.

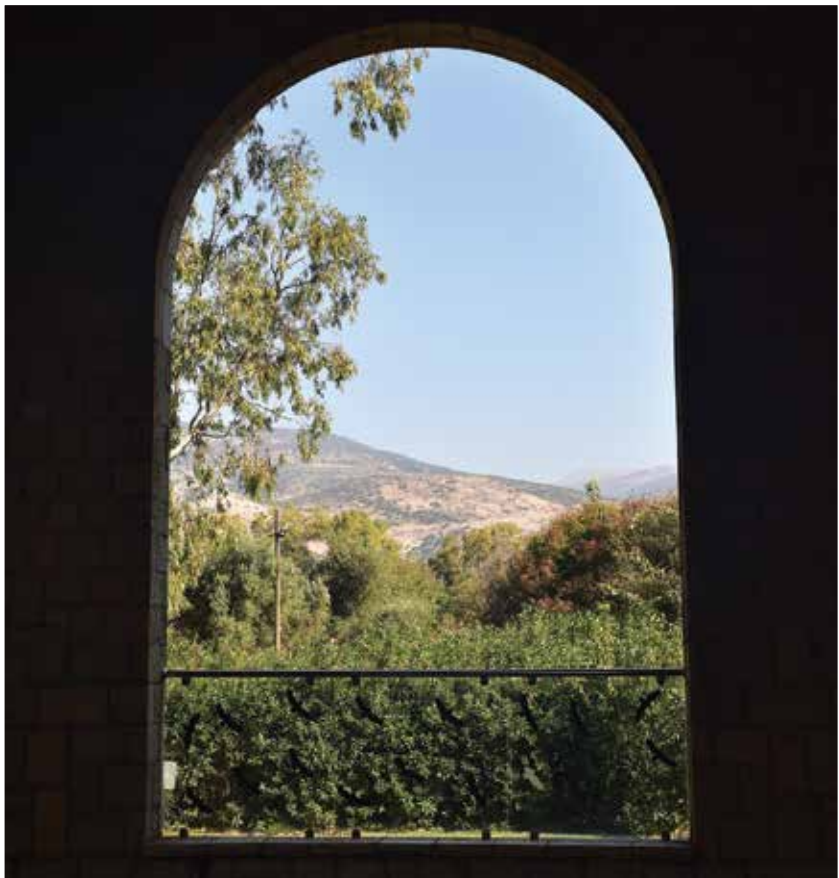
סיור שלישי | 27.3.25 | אמנות ירוקה

באמנות ירוקה נעשה שימוש בחומרים טבעיים, כדוגמת אדמה, סלעים ועצים ליצירת מייצגים ומייצגים מגוונים. רוב האמנות הירוקה מתקיימת במרחב פתוח

ובשל החומרים שמהן עשויות עבודות האדמה, קיומן של רבות מהן הוא ארעי, ולכן משמש מדיום הצילום כאמצעי לתיעוד ולהצגה של עבודות רבות. בסיור נתרשם גם מאמנות בטבע כמו הגן היפני בחפציבה, ננות, ננשום ונתרכז ביופי הירוק הייחודי והאמנותי שהוא מייצג.

סיור רביעי | 29.5.25 | הים הכחול

לאורכו של קו החוף והים הכחול מזומנים לנו מוזיאונים, גלריות, כפרים ופריחות קסומות. הרבה אמנים ואמניות משלבים את הכחול העז והאנרגיה של הים ביצירותיהן/ם. נבקר בתערוכות מגוונות, ננשום אויר קסום, כמובן שנאכל באחד מהמקומות הייחודיים ובעיקר נטבול באמנות שתעניק לנו השראה וזיכרון מנופי קו החוף.



טיולים ומזמרים

ימי חמישי | טיולים ומזמרים בהדרת גבי זהר ועפר גביש

הטיולים המזמרים הם טיולים אל מקומות שבהם, או עליהם, נכתבו שירים. את הטיול מובילים שניים, גבי זהר, מורה דרך מוסמך, ועפר גביש, מנחה שירה ומספר על השירים. הטיולים מלווים במערכת שמע ושירונים, מה שהופך את הסיור ליותר מסתם טיול.

טיול 1 | 5.12.24 | "רוחות רפאים בעכו" (בליווי שחקן מקצועי)

טיול ייחודי העובר באתריה השונים של העיר העתיקה בעכו, ומספר את סיפורה המרתק. אלא שהפעם, הפתעה: לאורך המסלול נגלה דמויות מעברה של העיר, מתקופת הצלבנים והעותומאניים ואפילו נשחזר את הפריצה לכלא עכו, ניסיון הכיבוש של נפוליון, ועוד. הסיור עובר בין השאר במצודה הצלבנית, בית הכנסת של רמח"ל, בית מרחץ טורקי, מנהרות הטמפלרים, חאן על עומדן ועוד. במהלך הסיור ילווה את ההדרכה של מורה הדרך גבי זהר, שחקן מקצועי המחליף דמויות את זהותו האמיתית נגלה בתום הסיור.

טיול 2 | 6.2.25 | השרון הצפוני

טיול מזמר בעקבות האתרים שבין חדרה לשדות ים. נבקר בחאן חדרה, ביד לבנים כולל כיכר טוליק גבירצמן, בית חרושת לנייר, חוות חפציבה של חברת חשמל, וסיור באזור נחל חדרה, תחנת משמר בריטית, האנדרטה של אבשלום פיינברג ופסל לזכרו של נתן יונתן. נמשיך לבית העלמין של שדות ים, שם קבורים יוסקה הראל מפקד האקסודוס ודן בן אמוץ, ונסיים במוזיאון חנה סנש שהשנה מציינים 80 שנה להירצחה.

טיול 3 | 15.5.25 | גליל מערבי

נלך הפעם אל האזור שלא היה בתוכנית החלוקה של כ"ט בנובמבר 1947, אתר "יד ליד" באכזיב (אפשרות להיכנס למדינת אכזיב), נבקר ביער חניתה, אתר חומה ומגדל, קיבוץ עברון - הראשון בקיבוצי הגליל המערבי, בית העלמין של שבי ציון שם קבורים הרוגי הפריצה לכלא עכו, וביקור באנדרטת שיירת יחיעם.

עלויות:

מנוי ל-7 סיורים - 980 ש"ח | **חצי מנוי 4 סיורים** (ניתן לשלב ביניהם) - 650 ש"ח

עלות סיור בודד 190 ש"ח

תכנית הטיולים עשויה להשתנות בהתאם לתנאי מזג האוויר, המצב הבטחוני והאתרים עצמם.

הרשמה מקוונת באמצעות הקישור שישלח בסמוך לפעילות גם למנוי וגם לטיול בודד.

למידע ופרטים ירדנה שוקרון 050-4004894

גם השנה אנו ממשיכים לראות עולם. הזמנים מאתגרים עבור כולנו ולכן גם התוכניות האישיות והכלליות עשויות להשתנות. ובכל זאת בנינו תכנית טיולים רחבה ומגוונת המתוכננת כך שתתאים לכולם ובדגש על יעדים בטוחים ומותאמים למצב התוכנית כוללת טיולים קצרים וארוכים, קרובים ורחוקים. מתוך הבנת הצרכים הייחודיים אנו מציעים גם טיול מתאים במיוחד לציבור שומר מסורת. כל הטיולים מתקיימים בליווי של צוות המחלקה וכוללים הסעות לשדה התעופה וחזרה.

מסע ראשון | 2-6.9.24 | 5 ימים

יוון - האי קרפטוס - חופשה וטיולים באי שמחוץ למסלול התיירים השחוק

האי קרפטוס הוא חלק מאיי הדודקאנס בים האגאי, בין רודוס לכרתים, ושטחו קטן של 300 קילומטרים רבועים בלבד. האי מציע נופים יפיפיים, טבע פראי וכפרים קטנים ומסתוריים. כ-6,000 תושבים גרים ב-12 כפרים לאורך הר מרכזי סמוך לחופים יפים. בקיץ, התושבים מתעסקים בתיירות, ובחורף הם משקיעים בחקלאות, דיג, וליקוט פטריות ועשבי מאכל. במסגרת הנופש, נצא לבקר בכפרים, לשוטט בסמטאות מזמנות ולגלות את החופים היפים המוסתרים ברחבי האי המיוחד.

מסע שני | 27-31.10.24 | 5 ימים | לשומרי מסורת

פראג וסביבותיה - מותאם לציבור הדתי

טיול בעיר מרתקת המשלבת בין תרבות, מצודות, גשרים ומבנים היסטוריים ומורשת יהודית מפוארת. במהלך הטיול נצא מהעיר ליום סיור בסביבה, הזדמנות ליהנות מטבע יפיפה ושכיות חמדה קלאסיות.

מסע שלישי | משוער לתחילת מרץ

קוסטה ריקה וגואטמלה 17 ימים מופלאים במרכז אמריקה

יערות גשם טרופיים, הרי געש פעילים, חופים קריביים עם שקיעות מרהיבות ועולם טבע עשיר ומרתק של שתי המדינות היפות ביותר במרכז אמריקה: קוסטה ריקה וגואטמלה. הצטרפו למסע מופלא להכרת התרבות והשווקים האינדיאנים בשווקים של גואטמלה. להשקיף על העצלן המטפס על העצים בשמורות של קוסטה ריקה ועוד שפע חוויות מופלאות.

מסע רביעי | משוער לאמצע מאי

שייט נהרות במרכז אירופה

שבוע קסום של שייט בספינה מפוארת על נהרות בלב אירופה הירוקה והשלווה. השייט בספינה כולל אירוח על בסיס חצי פנסיון. הספינה משופצת וכוללת ספא מפנק, אולמות אכילה מרווחים וסיפון שמש. במהלך השיט חולפים על פני נופים עוצרי נשימה ויורדים לסיורי יום בערים ועיירות שבהן נעגון. טיול מושלם המשלב מנוחה, רוגע ועניין.

ההרשמה מתבצעת אצל ירדנה שוקרון 050-4004894 במסירת פרטי אשראי לתשלום, על בסיס כל הקודם זוכה, וניהול רשימות המתנה במידת הצורך.

ההשתתפות בטיול היא על אחריות המשתתף, אם יש שאלה בריאותית לגבי התאמת הטיול למצבו הבריאותי עליו להתייעץ עם רופא ולהביא אישור.

אנו שומרים לעצמנו את הזכות לבצע שינויים בשל מצב ביטחוני, מזג אויר או עקב כל כוח עליון.



נפלים בארץ

אנו שמחים להמשיך ולהציע מגוון רחב של נופשים בארץ לאורך השנה. הנופשים מזמנים לא רק הנאה, עניין וחוויות אלא גם הזדמנויות לחיבורים חדשים ולחיזוק הקיימים בין ותיקי הגולן מכל היישובים והמגזרים.

תכנית מלאה של הנופש והעלויות העדכניות תפורסם כחודש לפני מועד היציאה, ותיפתח להרשמה אצל ירדנה שוקרון 050-4004894, במתן פרטי אשראי. על בסיס כל הקודם זוכה וניהול רשימות המתנה במידת הצורך.

אנו שומרים לעצמנו את הזכות לבצע שינויים בשל מצב ביטחוני, מזג אויר או עקב כל כוח עליון.

תכנית נופשים שנתית

רמת רחל | מעל ומעבר לירושלים והרי יהודה | 8-10.9.24 (הנופש כבר מלא)

מלון קדמה שדה בוקר | מסודות המדבר | 19-21.11.24

אילת | אירוע ותיקים שנתי בעיר הדרומית | 16-19.2.25

תל אביב | סיורים בדגש תרבות ואומנות | 20-22.4.25



חוסן כאכלי בגל השלישי

תחום החוסן הכלכלי עובר שינוי השנה עם עזיבתה של דפנה פרנקל המלווה המופתית שלנו ואנו בוחנים כעת מחדש את מגוון הצרכים והמענים הרלוונטיים. בנושאים המוכרים והידועים אנו נמשיך ונפעל כפי שעשינו בשנים האחרונות ונציע הרצאות בתחומים הרלוונטיים כדוגמת:

"לא טומנים ת'ראש" - ירושות, צוואות, ויפוי כוח מתמשך". במסגרת זו נקיים גם השנה, בשיתוף עם קבוצת עורכי דין תושבי הגולן, סדרות של הרצאות שיתקיימו ביישובים וללא עלות.

"העברה בין דורית בצל מלחמת חרבות ברזל" - הרצאות המסבירות את החלטות רמ" בנוגע להיוון והסדרת הנחלה על רקע ההקלות השינויים וההטבות העכשוויות.

סדנת הכנה לפרישה ולפנסיה

הדאגה לעתיד הכלכלי בשנות הפנסיה היא נחלתם של רבים. בין אם לעצמאיים או לשכירים, ההנחה היא כי צפויה ירידה בהכנסות ולעומתה עליה בצרכים השוטפים בתחומי הבריאות והמחייה. ולכן חשוב להיערך מבעוד מועד לפרישה.

אנו שמחים להציע סדרת מפגשי הכנה לפרישה בשיתוף ארגון אשל ג'זינט המתמחה בעבודה עם קהילות ותיקים. בסדרת המפגשים תקבלו ידע וכלים להתנהלות כלכלית נכונה, ולמיצוי זכויות מול הגורמים הרלוונטיים (ביטוח לאומי, חברות ביטוח ופנסיה, רשויות וכו'), תוך התמודדות עם השינוי והתהליכים הרגשיים בתהליך הפרישה.

ההכנה מתאימה גם עבור ותיקים צעירים אשר מתכננים את עתידם, כמו גם למי שכבר יצא לפנסיה ורוצה לעשות סדר במושגים ולכלכל צעדיו בהתאם.

סדרת המפגשים תתקיים בימי שני במהלך נובמבר בשעות 17:00-20:00 במרכז או בדרום הגולן (החלטה סופית תתקבל על פי מקום המגורים של מרבית הנרשמים).

העלות לכל הסדרה 200 ש"ח למשתתף (עלות מסובסדת משמעותית), הפתיחה מותנית במינימום של 15 משתתפים.

להלן מוצגת התוכנית הכללית, מוזמנים להתרשם ולהירשם.

בדומה לכל הפעילויות שלנו, גם פעילות זאת תתקיים בכפוף למצב הבטחוני מתוך הבטחת שלום המשתתפים, ואנו שומרים לעצמנו את הזכות לבצע שינויים.

מפגש 1 מתכוננים לעתיד - למה אנחנו כאן?

- למה ועל מה אנחנו מוציאים כסף
- כמה כסף צריך כדי לחיות?
- טיפים לצרכנות נבונה
- ארגון המידע הפיננסי

מפגש 2 - כמה יהיה לי ? מקורות הכנסה

- התמודדות עם שינוי
- ביטוח לאומי ההכנסות שלי
- החיסכון הפנסיוני שלי
- מקורות הכנסה פרטיים

מפגש 3 - הזכויות שלי בזכות הפרישה

- מיסוי
- הגבולות הכלכליים עם המשפחה
- הזכויות והשירותים של אזרח ותיק ואיך מתמודדים עם כולם
- הזמן הפנוי
- סיכום ושיעורי בית

מפגש 4 - התמודדות עם החדש

- ביטוח סיעודי
- ייפוי כח מתמשך
- צוואות
- תעסוקה יזמות והתנדבות בגיל השלישי
- בניית תכנית פעולה
- סיכום וצידה לדרך



פעילות אח' ותיקים ביישובים

פעילות המחלקה מתקיימת במספר מישורים. במישור הגולני הרחב אנו מקיימים מגוון רחב של פעילויות פנאי ונופש. ברמה האזורית אנו מפעילים 3 מועדוני יום אשכוליים. בנוסף על כך אנו פועלים בשיתוף הישובים והקהילות עצמן. עם התבגרות התושבים עומדת לנגד עינינו המטרה של הזדקנות מיטבית של הוותיקים בביתם קרי בקהילתם. זאת תוך שמירה על אורחות החיים המוכרים להם והיותם חברים משמעותיים, מוכלים ותורמים לחברה. הקהילות הוותיקות מבינות כי יש צורך בהיערכות חדשה ומותאמת לצרכים העולים מן השטח, לחיזוק הקשר הבין דורי ולמתן מענים עדכניים.

ציר מרכזי ביצירת פיתוח ומתן המענים ברמת הפרט והקהילה הינו העסקת רכז ותיקים בשכר. רכז כזה פועל ביחד עם ועדות ותיקים וועדות פרט להיכרות וליווי אישי של ותיקי הישוב, לטיפול במיצוי זכויות וליצירת פעילויות פנאי משותפת וחיבורים קהילתיים.

בשנה האחרונה תמכנו, הן תקציבית והן מקצועית ביישובים המעסיקים רכזי ותיקים. הקמנו פורום קבוע המלווה את ועדות הוותיקים ורכזות הוותיקים לאורך השנה. המפגש והחלפת הרעיונות, כמו גם ההכשרות והנגשת הידע, מתחזקים את המקצועיות הנדרשת מהן ומעשירים את פעילותן. במהלך השנה החולפת נוספו מספר יישובים למעגלי העסקת רכזות ותיקים ואנו מקווים ומעודדים יישובים בהם עולה הצורך לעשות זאת גם הם. ונמשיך ונלווה אתכם בכל שיידרש.

אנו יודעים כי יציאה מרובה מן הבית והשתתפות במפגשים חברתיים, אינטימיים או רבי משתתפים כאחד, מאריכה ומשפרת חיים. ולכן אנו במחלקת ותיקים מעודדים ותומכים בהפעלת מועדונים יישוביים קבועים לוותיקים. המועדונים היישוביים הפועלים אחת לשבוע בשעות היום או אחה"צ מהווים מקום מפגש ועניין. לצד כיבוד קל מופעלת תכנית העשרה, פעילות גופנית, משחקי חברה, סיפור אישי ועוד. בשיתוף וועדות הוותיקים אנו שותפים גם בתקצוב המועדונים וגם בהבאת תכנים ורעיונות למפגשים. לאור ההצלחה, אנו מקווים להרחבת הפעילות ליישובים נוספים.

במקביל לכך וביחד עם הנהגת המועצה החדשה אנו פועלים להבנת הצרכים הייחודיים לאוכלוסיית הוותיקים והכנת תוכניות עבודה ליצירת שירותים מותאמים בתחומי הבריאות, התעבורה, אחזקת הבית, המארג החברתי קהילתי וכד'.



האגף איילען וואס

אויסצווייגן יום (אויס"גאויסער)

**מועדוני היום מופעלים בפיקוח וסבסוד משרד הרווחה והשירותים החברתיים
ובליווי האגף ליעוץ וטיפול במועצה. כיום פועלים בגולן 3 מועדוני יום:**

בבני יהודה עבור תושבי דרום הגולן בניהולה של **ירדנה שוקרון**.
בחיספין עבור תושבי מרכז הגולן והגוש הדתי בניהולה של **מיה סבג**.
ובצומת וואסט עבור ותיקי צפון הגולן בניהולו של **נחום לפיד**.

המועדונים פועלים 3 ימים בשבוע בין 08:30-13:30 וכוללים ארוחות עשירות מפוקחות תזונתית (בחיספין מוגשת רק ארוחת בוקר). ומגוון פעילויות מותאמות גיל- התעמלות, הרצאות העשרה, פעילות באומנות מוזיקה ועוד. אנו שמחים דגש על אוירה ביתית טובה, מתן חום והערכה ועל צוות עובדים ומתנדבים מיומנים ומסורים. לרווחתם של חברי המועדון מעמידה המועצה שירותי הסעות מהישובים השונים למועדון וחזרה. במסגרת פעילות המועדונים אנו פועלים לשילובם בקהילה באמצעות פרויקטים בין דוריים. במהלך השנה נהנים חברי המועדון מטיולים



מיוחדים עבורם והשתתפות באירועי השיא של קהילת ותיקי הגולן. ההצטרפות למועדון מותנת בשיחת התאמה ואישור של העובדת הסוציאלית בהתאם לדרישות משרד הרווחה.

האגף לשירותים חברתיים (רווחה) אחראי על טיפול בסוגיות פרט הקשורות לרווחתו של האזרח הוותיק, הוותיקים והמשפחות שלהם מוזמנים לפנות אליו לקבלת יעוץ וטיפול בנוגע להיבטים שונים ומגוונים של רווחת האזרח הוותיק. במסגרת האגף (באמצעות מרכז חוסן והיחידה לטיפול משפחתי) אנו מקדמים את הפעלתן של קבוצות שונות בהתאם לצרכים העולים מהשטח (בני משפחה מטפלים, אלמנים, משפחות וכד').

במסגרת העבודה המשותפת של מחלקת ותיקים והאגף, נמשיך ליצור יחד עם בעלי התפקידים והוועדות ביישובים מענים ושירותים מקומיים לרווחתם של הוותיקים.

לאורך השנה אנו מפעילים את תוכניות משרד הרווחה בתחום הוותיקים ובהם מועדוני היום (בבני יהודה, בחיספין ובמתחם וואסט) ומועדונים חברתיים ביישובים. בשיתוף פעולה עם מועצה מקומית קצרין מקודמת תכנית לבינוי מרכז יום רב שירותי אשר עתיד לתת מענה לכלל תושבי הגולן. עד השלמתו של הבניין ותחילת הפעלת השירות, אנו במועצה מסייעים לזקוקים לקבל את השרות באחד ממרכזי היום באזור. (עמק הירדן/ חצור). ובנוסף ממנים את ההסעות למשתתפים.

בכל שאלה או צורך העולה בתחום הוותיקים **ניתן לפנות ישירות לעובדת הסוציאלית/ המלווה את היישוב או באמצעות מזכירות אגף יעוץ וטיפול בטלפון 04-6969735**. וכן באתר האינטרנט של המועצה האזורית גולן באמצעות טופס פניה לאגף יעוץ וטיפול. העובדים הסוציאליים של האגף יחזרו אליכם לתיאום שיחת יעוץ או דרכי פעולה מתאימים.

במסגרת האגף פועלות יחידות הבריאות וההתנדבות בשיתוף יש מקום ותשומת לב רבה לוותיקים.



יחידת הבריאות

תחום הבריאות חשוב ומרכזי מאוד בחיי הוותיקים ולכן אנו פועלים בשיתוף פעולה קבוע עם יחידת הבריאות במועצה ובראשה **מאור זוהר** לשם קידום בריאות בקרב הוותיקים. במסגרת שיתוף הפעולה אנו יוצרים תוכניות ומענים שיתרמו ויבססו אורח חיים בריא בקרב ותיקי הגולן. נוסף על כך אנו פועלים להנגשת שירותים ושיפור הקשר בין הקהילה לקופות החולים. במהלך החודשים נובמבר - דצמבר, כחלק מחודש הוותיק והבריאות הארצי, נוציא לפועל, בשיתוף בוגרי הכשרת מקדמי בריאות, מספר מיזמים בנושא בריאות לוותיקים.

ונברך בבריאות טובה לכולכם.



יחידת ההתנדבות

מי אנחנו? אנו מאמינים כי נתינה היא כוח וכי היכולת לסייע לאחר מעניקה משמעות ואיכות חיים בכל גיל ובוודאי בגיל השלישי.

יחידת ההתנדבות הינה חלק מאגף יעוץ וטיפול ואמונה על תחום ההתנדבות בגולן. במסגרת היחידה פועלות תוכניות שונות בתחומים מגוונים. בנוסף, קיימים שיתופי פעולה ושותפויות עם תוכניות רבות במרחב הגולני. חלק גדול מהתוכניות ייעודיות ומותאמות לוותיקים וקיימים שיתופי פעולה פוריים בין יחידת ההתנדבות ומחלקת ותיקים להכשרה וליווי של המתנדבים.

אלו תוכניות ההתנדבות הפעילות אשר תשמחנה לקבל אליהן מתנדבים נוספים:

תוכניות "של"ם באים לטוב":

"באים לטוב" – המערך הלאומי להתנדבות אזרחים ותיקים, הינה תכנית של המשרד לשוויון חברתי המופעלת באמצעות החברה למתנ"סים. במסגרת המערך מוזמנים אזרחים ותיקים לבחור בפעילות התנדבותית משמעותית המחזקת את השתתפותם בחיים הכלכליים, החברתיים, הקהילתיים והתרבותיים בחברה, במסגרת זו פועלות מספר תוכניות:

מועדוני גיל הזהב

התנדבות באחד ממועדוני היום הפועלים בגולן.

זהב בגן

פרויקט "זהב בגן" הינו תוכנית ארצית להתנדבות גמלאים בגני ילדים. הזדמנות לחיבורי בין דורי מופלא.

אוזן קשבת

מטרת התכנית הינה צמצום תחושת הבדידות בקרב קהל היעד בישובים השונים, באמצעות קשר תומך שבועי עם מתנדב של"מ. יצירת חוויית קשר המתבטאת בהקשבה, אכפתיות, אמפטיה, התעניינות, עידוד ועוד.

של"ם בחינוך

ליווי אישי או קבוצתי של תלמידים במסגרת בתי הספר. פרויקטים קיימים בבית ספר אביטל במרום גולן. זוהי הזדמנות ליצירת קשר בין דורי והעצמה של תלמידים.

סבתא בהשאלה

ליווי נשים לאחר לידה הזקוקות לתמיכה משמעותית בעיקר סביב לידת תאומים.

לימודיות יישוביות

הלימודייה הינה מרכז לימוד והעשרה הנותן מענה לילדים ולנוער במסגרת היישובית.

התנדבות בלימודיה "טל חרמון"

במושב אליעד רמת הגולן - מסגרת חינוכית לנוער בסיכון.

התנדבות בספריות האזוריות

התנדבויות בתוכניות נוספות:

החוזה החינוכית החקלאית באבני איתן - החוזה נועדה לחבר את הילדים לעולם החקלאות דרך עשייה וחוויה. המתנדבים משולבים בתהליך של הילדים, מלמדים מניסיונם ומצטרפים לצוות החינוכי של החוזה.

עמותת פו"ש

סיוע לימודי לילדים במסגרת פרטנית או קבוצתית בבתי הספר השונים בגולן.

מועדוניות צמי"ד - בני יהודה - קצרין

מועדונית צמי"ד נותנת מענה פנאי לילדים ונוער מגילאי 6-21 עם מוגבלויות שונות ברמות תפקוד שונות.

עמותת צורמן - קפה לשבת

העמותה הראשונה והיחידה ברמת הגולן לקידום נוער. העמותה מפעילה בית קפה בשיתוף בני הנוער בכפר האומנים באניעם.

האגודה למלחמה בסרטן - התנדבות בסניף האגודה למלחמה בסרטן בגולן

בימים אלו אנו מחפשים יו"ר אשר יוביל את פעילות האגודה ברמה הגולנית. האגודה למלחמה בסרטן בסניף הגולן פועלת בכמה מישורים:

1. מרכזי חזקים ביחד בקצרין ובחיספין - במסגרת המרכזים נעשות סדנאות לחולים ולמחלימים
2. העלאת המודעות לנושא הסרטן על ידי אירועים וכנסים, פעילות הסברתית ואירועי התרמה.
3. סיוע וליווי פרטני.

למידע מפורט על כל תכנית או אם תרצו לחשוב על ערוצים נוספים -

פנו אלינו - אביב פלס אשכולי, מנהלת יחידת ההתנדבות 054-8050234

mitnadvim@megolan.org.il

דבורה בר - רכזת באים לטוב 050-7576470

קהילה תומכת

תכנית אשר נבנתה בשיתוף משרד הרווחה ומטרתה חיזוק הביטחון האישי והקשר עם הוותיק. התוכנית מופעלת מזה מספר שנים ואנו מזמינים כל מי שמוצא שהגיעה העת להיות מחובר ומגן לפנות אלינו.

השירותים הניתנים בתוכנית:

- * מוקד רפואי אנושי - "מוקד אנוש".
- רופא המוקד זמין 24 שעות ביממה להתייעצות.
- הפנייה לבית חולים במידת הצורך.
- הזמנת אמבולנס ללא כל חיוב נוסף, גם במקרה ולא מתאשפדים.
- המנוי יכול להשתמש בשרות בכל רחבי הארץ.
- קריאה באמצעות לחצן ביתי או ממכשיר סלולרי.

אב הקהילה (נחום לפיד) - מכיר באופן אישי את חברי הקהילה ונמצא איתם בקשר קבוע, כמו כן כחלק מהחיבור לקהילה נעשה חיבור עם בני המשפחה/ אנשי קשר למקרי הצורך.

אב הקהילה הינו הכתובת הראשונית והמיידיית לעזרה, ייעוץ ומידע, למתן אופן קשבת ולתיווך עם שירותים מקצועיים בתחומי הבריאות, אחזקת הדיור, פעילות בקהילה (מול מוסדות היישוב - וועדות עזרה הדדית/ רווחה יישוביות ומחוצה לו).
שירותי מידע ולווי סוציאלי - יעוץ למיצוי זכויותיכם כוותיקים וטיפול אישי ע"י עו"ס יישובי של המועצה.

איש הקשר במחלקת וותיקים הוא נחום לפיד, רכז "קהילה תומכת", המקשר בין המנוי לחברה ודואג להתקנת לחצן המצוקה והאפליקציה המתאימה במכשיר הטלפון הנייד.

פנייה אישית לנחום 050-8147144 מאפשרת טיפול ישיר, מידע נוסף, הדגמה ורכישת לחצן המצוקה והתקנתו בבית.

חיצונית וחיצוני זכויות

לאזרח הוותיק בישראל ישנן זכויות והטבות רבות. לצערנו הרבה פעמים אין הציבור יודע מה הן זכויותיו וכפועל יוצא מזה לא מנצל אותן. אנו נמשיך ונפעל להנגשת מידע עבורכם.

המשרד לשוויון חברתי הפועל תחת המשרד לנגב גליל וחוסן לאומי מפעיל מוקד מידע בטלפון 8840*. המוקד מאויש על ידי מוקדנים יעילים ומנוסים המלווים את הפונה עד למתן מענה לבעייתו ולמיצוי מלא של הזכויות.

באחריות המשרד להנפיק תעודת אזרח ותיק - זו מונפקת אוטומטית ע"י המשרד לשוויון חברתי (גברים גיל 67, נשים גיל 62) ונשלחת לזכאים בסמוך לגיל הפרישה. בנוסף ניתן למצוא מידע רב ושימושי באתר "כל זכות" תחת הלשונית מדריך מיצוי זכויות לאזרחים ותיקים (מדריך לקראת גיל פרישה, הנחות והטבות כלכליות בגיל השלישי ועוד).

וכן, ניתן לפנות למוקדים הטלפוניים אשר יסייעו לכם במיצוי זכויותיכם - מוקדים ממשלתיים

שם	טלפון
מוקד לאזרחים ותיקים	8840*
שירות הייעוץ לאזרח הוותיק (ביטוח לאומי)	9696*
ביטוח לאומי	6050*
משרד הרווחה והביטחון החברתי	118
מענה ממשלתי מרכזי	1299



עיצוב ועימוד: נילי וייס סטודיו **אות** | צילומים באדיבות שולמית סגל