

ראשון	שני	רביעי	חמישי
<b>9:00-11:00 // סדנת התחדשות ומשמעות</b> עינת פורת	<b>9:30-10:30 // טאי צ'י</b> יוסי פישר	<b>9:00-10:30 // סדרת הרצאות</b>	<b>9:00-12:00 // אמנות הצילום</b> קורס קיץ מרוכז - טובית לור
<b>09:30-10:30 // פלדנקרייז מזרנים</b> ורד זייד נתן	<b>9:30-10:30 // פילאטיס</b> נגה פלג	<b>10:30-13:00 // סדנאות אמנות</b>	
<b>9:45-10:45 // ריקודים סלוניים</b> טל פלד	<b>11:00-12:30 // סדרת הרצאות</b>	<b>11:00-12:00 // פלדנקרייז כסאות</b> דליה קיטאי	
<b>11:00-12:30 // ריקודי עם</b> אבי אמסלם		<b>11:00-12:00 // התעמלות פאולה</b> אסנת זהר	

## ימי שני / הרצאה / 11:00-12:30

**16.7 "הגנטיקה ורפואת העתיד"**  
**אירית כינור M.Sc, מוסמכת בגנטיקה של האדם**  
 ההתפתחות המהירה במדעי הביולוגיה סוללת את הדרך לכך שהגנטיקה תהיה אחד הגורמים המשפיעים ביותר על המין האנושי. הידע בבבגנטיקה מאפשר לנו היום לחזות הופעה של מחלות לפני שהתפתחו והריפוי הגנטי יאפשר בעתיד לתקן פגמים בדנ"א האחראים למחלות אלה. מה שנראה לפני זמן לא רב בדיוני הופך בשנים האחרונות לאפשרי.



**23.7 "סקס בגיל הזהב? - כן! הכל זהב, הכל זהב..."**  
**שלי פסטרנק-כץ, סקסולוגית, יועצת זוגית ומחזירה בתשוקה**  
 כסקסולוגית שהיא גם שחקנית, מעבירה שלי את ההרצאה כהופעה מצחיקה מרתקת וסוחפת ובאופן הומוריסטי ומשעשע המשלב הפעלה אינטראקטיבית עם הקהל, גברים ונשים כאחד. התכנית כוללת חידונים, סיפורים משעשעים מהחיים וקבלת טיפים מדליקים וקלילים לשימוש מידי בהתאם לכל קהל ולכל גיל.



**2.7 "איפה היינו ומה עשינו?"**  
**אורן נהרי, עיתונאי, עורך ומגיש תכניות טלוויזיה ורדיו ישראלי**  
 על ההחלטות והאירועים המרכזיים שעיצבו את המדינה. ישראל מדינה שבה אין אמצע: או אופוריה או ייאוש, שבה הטוב מובן מאליו והרע מועצם. שבה - קמה תרבות מפוארת ומדע. מדינה שמכל המדינות שקמו או קיבלו עצמאות אחרי מלחמת העולם השנייה (שליש ממדינות העולם אנו במצב הטוב ביותר פרט לסינגפור וגם את זה צריך לזכור !



**9.7 "הון, שלטון, עיתון"**  
**מתן חודורוב, פרשן לענייני כלכלה חדשות 10**  
 כיצד משולש הכוחות במשק תרם לפרשיות השחיתות הנחקרות כיום במשטרה? עד כמה יחסי הגומלין ביניהן עלולים לסכן את הדמוקרטיה?



**ימי ראשון / סדנה / 09:00-11:00 / 1.7, 8.7, 15.7, 22.7**

**התחדשות ומשמעות שמעבר לגיל 60: לחגוג את החופש ולהתפתח עם 'פרנקי וגרייס' מנחה: עינת פורת עמוס, מן החלוצים של חקר תקופת התבונה, בעלת היכרות מעמיקה עם האתגרים וההזדמנויות שהתקופה מזמנת לכולנו.**

'פרנקי וגרייס' הינה סדרה על שתי נשים בשנות השבעים לחייהן שעוברות לגור ביחד, אחרי שבני הזוג שלהן, מודיעים להן שהם נאהבים ואחרי 20 שנה של רומן בסתר הם יוצאים מהארון ומתכוונים להתחתן. העלילה פורסת בהומור וכאב סוגיות אישיות, משפחתיות, וחברתיות המוכרות לבני ה-60 ומזמינה אותנו להתבונן על חיינו אנו. בכל מפגש נצפה בפרק מהסדרה, נשוחח על הסוגיות העולות ממנו ונחשף לידע מדעי חדשני ולידע עתיק עדכני אשר יעניקו לכל המשתתפים הזדמנות להתחדשות ושיפור איכות החיים ברמה האישית, המשפחתית והחברתית. לצד הצפייה ב'פרנקי וגרייס' נהנה מלמידה באמצעות יצירות אומנות ושירה.

הקורס מעניק למשתתפים הבנה עמוקה של ההזדמנויות שתקופת חיים זו מביאה לפתחם, ומצייד אותם בכלים מעשיים המאפשרים ליהנות מכל המתנות הנפלאות של הגיל.



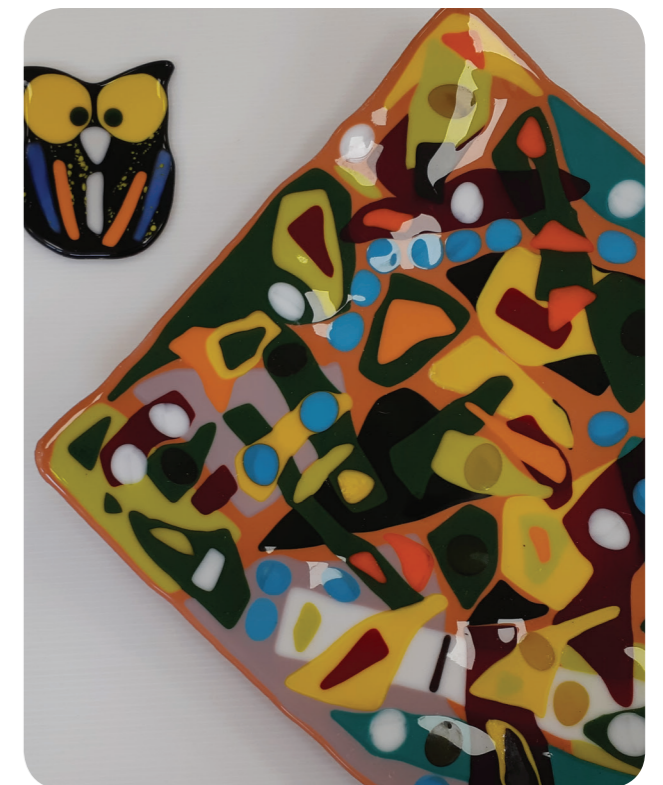
**ימי רביעי / סדנאות אמנות / 10:30-13:00**  
**אין צורך בניסיון קודם**

**4.7 פיזינג (עיבוד זכוכית בתנור), דרור חפר**  
התנסות בעבודה בזכוכית צבעונית (ספקטרום) ליצירת קומפוזיציה על משטח שקוף.

**11.7 קרמיקה, אדוה אפק**  
טעימה מטכניקות עיצוב בחומר: עבודה פיסולית או שימושית לפי בחירה.

**18.7 רקמה, טל איגרא**  
רקמה היא לא רק חוט ומחט, היא עולם ומלואו. התנסות ברקמה אתנית.

**25.7 קליעת סלים, רחלי בומזון**  
לימוד טכניקת קליעה בנצרים על בסיס עץ, ליצירת סל פירות או עציץ דקורטיבי.



**ימי רביעי / הרצאה / 09:00-10:30**

**4.7 "אמון הציבור במערכת המשפט" עו"ד אברהם (אבי) יונה, עו"ד נוסריון ומגשר**

על הכרסום ההולך וגובר באמון הציבור במערכת המשפט בשנים האחרונות. הצצה מיוחדת אל מאחורי הקלעים של המערכת המשפטית התנהלות הפרקליטות, השופטים - והוועדה למינוי שופטים. כך למשל תיסקרנה השלכות פרשות רומן זדורוב, הפרקליטה רות דוד, השופטת פוזננסקי והמכון לרפואה משפטית על אמון הציבור במערכת.



**11.7 וולט דיסני: אנימציה אורן פילוסוף, מורה ומרצה לקולנוע**

וולט דיסני הוא השם, שמזוהה יותר מכל אדם אחר עם עולם האנימציה. מיקי מאוס, דונלד דאק, מלך האריות או סינדרלה, הכל יצא מדיסני והכל צבעוני ונפלא כל כך. אבל דווקא מאחורי השמחה והפנטזיה שדיסני מוכר לנו, מסתתרת דמותו האמיתית, מלאת סתירות וקשוחה, ובעיקר רחוקה מאד מאבקת פיות קסומה. בהרצאה זו נגלה איך נולד מיקי מאוס, כמה סוגים שונים של אנימציה קיימים, איך הדינוזאורים של שפילברג קשורים ל"צעצוע של סיפור" ולמה דיסני היה הבוס הכי קשוח בעיר.



**18.7 חוויותי מהכלא העיראקי ומסעותיי באפגניסטן, סומליה, סודן ועוד תמר ברס, עיתונאית ומרצה, שמרבה להסתובב במדינות עוינות ואזורים נידחים**

איך נראה סיקור עיתונאי בסומליה ודרום סודן?  
איך נכנסים לצפון סודן?  
האם אפשר לטייל בעיראק ואפגניסטן?  
והאם יש משמעות ללהיות עיתונאית אישה, לבד וישראלית?



**25.7 "אש האמונה" איציק יוגב, צלם אתנוגרפי וחוקר הטבע האנושי בעזרת מצלמה**

האש באמונות השונות, טקסים חוצי דתות ועמים. הויזואליות של האש ולא רק אש ולא רק דת... ההרצאה מלווה במצגת מרהיבה.



**ימי חמישי / אמנות הצילום - קצר ולענין / 09:00-12:00 / 26.7, 19.7, 12.7, 5.7**

בהנחיית טובית לור, ארט דירקטורית, צלמת, מדריכת צילום, מתמחה בעיבוד תמונות ב-Lightroom

סדנת קיץ מרוכזת הכוללת מפגשי בוקר לחובבי צילום רציניים, המעוניינים לרכוש ידע טכני בצילום עם אפשרות להשתלב בכיתה מתקדמים בשנת הפעילות הבאה. בין נושאי הסדנא: סקירת ז'אנרים וטכניקות צילום מגוונות, משמעות הקומפוזיציה בצילום, מושגים בשפת הצילום, איך מנתחים ומעריכים צילום, טכניקות שונות של חשיפה.



**פירוט המפגשים והתכנים, באתר מרחבים**

## הרשמה ועלויות

הנכם מוזמנים להרכיב את תכנית יולי האישית שלכם. ניתן להירשם, לפי בחירתכם, לכל פעילות בנפרד או לצרף חלק מהפעילויות למנוי קיץ.

**עלות מנוי קיץ - 2-3 פעילויות כולל שלושה חוגי פעילות גופנית או שני חוגי פעילות גופנית + הרצאות יום רביעי - 180 ש"ח לחודש.**

- המנוי אינו כולל את הפעילויות הבאות: הרצאות יום שני, סדנאות אמנות, סדנת התחדשות וצמיחה עם עינת פורת וקורס צילום.
- התשלום על פעילויות אלה הינו על כל אחת בנפרד ובנוסף למנוי.
- ההרשמה לפעילויות הקיץ מחייבת לחודש מלא של 4 מפגשים.
- להרצאות יום ב' ולסדנאות אמנות ניתן להירשם גם לכל מפגש בנפרד.
- גם במנוי, יש להירשם לכל חוג בנפרד.
- מספר המקומות בכל חוג מוגבל.
- לא ניתן לעבור בין חוג לחוג אלא באישור.

פעילות	עלות למנוי/חוג 4 מפגשים	עלות להרצאה מפגש אחד	הערות
מנוי 2-3 פעילויות	180 ש"ח		כולל 3 חוגי פעילות גופנית או 2 חוגי פעילות גופנית + הרצאות יום רביעי
חוג התעמלות	95 ש"ח		פילאטיס, טאי צ'י, התעמלות בשיטת פאולה, פלדנקרייז כסאות ומזרנים, ריקודי עם, ריקודים סלונים
סדרת הרצאות ביום רביעי	95 ש"ח		
סדרת הרצאות ביום שני	160 ש"ח	65 ש"ח	
סדנאות אמנות מגוונות	280 ש"ח	70 ש"ח	משך כל סדנה 2.5-3 שעות. המחיר כולל חומרים
סדנת "התחדשות ומשמעות"	120 ש"ח		משך הסדנה הינו שעתיים
קורס צילום מרוכז "קצר ולעניין"	290 ש"ח		לחובבי צילום רציניים המעוניינים לרכוש במרוכז ידע טכני בצילום. משך הסדנה הינו 3 שעות