



חוויה של לימודים, הרצאות קורסים, סדנאות וסיורים

תשפ"ג 2022/23





תושבים יקרים,

הקתדרה של חדרה מציעה לתושבי חדרה שפע פעילויות העשרה ופנאי והזדמנות ללמידה מרחיבת דעת ונפש בעולמות תוכן מגוונים.

אני מקווה ומאמין שכל אחד ואחת מכם ימצאו עניין בקורסים השונים, בסדורים ובפעילויות התרבות המוצעות בחוברת זו שמרציה ומדריכה נבחרו בקפידה.

לאחר תקופה ממושכת ומאתגרת שחווינו כולנו בשנים האחרונות עם פרוץ הקורונה, אני קורא לכם להגיע לקיים חיי קהילה וחברה עשירים, חיי תרבות מלאים ואיכותיים.

מאחל לכם מעומק ליבי, שנת פעילות ענפה, פורייה ומרתקת.

בברכה,

ניר בן חיים

מ"מ ראש עריית חדרה בפועל



תושבים יקרים,

לקראת פתיחת שנת הפעילות של הקתדרה הנכם מוזמנים להגיע ולהנות מפעילויות תוכן תרבותיות עשירות, מופעים, הרצאות ומפגשים שייתנו עניין וזוויות ראייה חדשות.

אני שמח שפעילות הקתדרה חוזרת למפגשים פרונטליים כפי שהיה טרום הקורונה ובכך יתאפשרו גם מפגשים חברתיים בקהילה.

מאחל לכולנו שתרבות הפנאי תהיה חלק מרכזי בחיינו ושעירנו תהווה מוקד תרבות איכותי ואטרקטיבי.

שנה טובה ומוצלחת,

שלמה בוזגלו

סגן ראש העיר
יו"ר עמותת פנאי העיר חדרה



שוחרי תרבות ודעת יקרים!

שמחה להציג בפניכם את היצע פעילויות התרבות וההשכלה לשנה הקרבה הבאה עלינו לטובה. בחוברת זו תמצאו סדרות של סיורים, קורסים, הרצאות וסדנאות במגוון רחב של תחומים כגון אומנות, ספרות, אקטואליה, יהדות, אורח חיים בריא ועולם הידע הכללי עם מרצים המובילים בתחומם.

השנה הצטרפו אזרחים ותיקים משפיעים שתורמים למערך הפעילויות ובהזדמנות זו ברצוני לברכם על עשייתם ויוזמתם המשמעותית.

חברת נטלי פתחה שעריה להרצאות לאזרחים ותיקים בימי ד' וחברי הקתדרה מוזמנים לקחת בהן חלק ולהנות מהמגוון.

בואו להרחיב אופקים, ללמוד ולהתפתח!

בברכת שנה של למידה מעשירה, שנת תרבות שנה טובה ומתוקה!

שלכם,

שירלי שיטריט
מנהלת הקתדרה



חברים יקרים!

אני מזמין אתכם לקחת חלק בפעילויות המגוונות של הקתדרה, בטיולים בארצנו היפה, בקורסים המרתקים המוצעים בשנה זו ובפעילויות הכלליות ובכך תעשירו את עולמכם התרבותי, הרוחני, החברתי והאינטלקטואלי.

כל הפעילויות מופיעות באתר פנאי העיר חדרה ואתם מוזמנים להיכנס על מנת להתרשם ולהירשם.

מאחל לכם בריאות איתנה ושנה מלאה בעניין!

אייל עפגין,
מנכ"ל עמותת פנאי העיר חדרה



....

בשבילי ארצנו

סדרת טיולים בהדרכת: ד"ר חגי עמיצור

10 טיולים | ימי רביעי | היציאה ממרכז הפנאי בית אליעזר בשעה 8:00 בבוקר | *יתכנו שינויים
עלות הסדרה ברישום מוקדם (עד ה-5.9.22): 1,350 ש"ח | לאחר ה-5.9.22: 1,600 ש"ח | עלות טיול בודד: 195 ש"ח



טיול מס' 1 - גרמני, בריטי ואוסטרלי נפגשים ב... - וזו לא התחלה של בדיחה 14.9.22

טיול באזור נגב כנרות. נתחיל בתחנת הרכבת בצמח, נעלה דרך דרום הגולן לאורך שביל אלי כהן ונסיים באתר דיר עזיז, מעין על שמו של אשי נוביק - שנפל במלחמת לבנון ה-II, ונבקר בשרידי בית הכנסת מתקופת התלמוד.



טיול מס' 2 - ההר הירוק כל ימות השנה 19.10.22

נתחיל בתחנת כפר יהושע. ניסע לגשרי הקישון מהתקופה העותמנית. נמשיך למרכזית המפרץ ונעלה ברכבלית האוניברסיטה החדשה. נצעד על השביל התלוי ונצפה במרחבי הכרמל וחוף הכרמל. ניסע לתצפית סטלה מאריס ונרד בשביל רגלי אל מערת אליהו. נסיים את היום בביקור בבית הכנסת הקווקזי בטירת הכרמל.



טיול מס' 3 - בין אברהם אבינו, אוסטרליה והודו 16.11.22

נפתח באגדרטת חטיבת הנגב ובתולדות מלחמת העצמאות בדרום. נמשיך אל באר שבע העתיקה. נבקר במוזיאון החייל האוסטרלי ובבית הקברות של חיילי האנז"ק ממלחמת העולם ה-I. נמשיך אל בית אשל ונספר את סיפור הגבורה, הפינוי והעזיבה של המתיישבים. נסיים במוזיאון יהדות קוצ'ין.



טיול מס' 4 - מאניה לאניה - מהנמל ועד החוף 7.12.22

נפתח במרכז המבקרים בנמל אשדוד ונבקר ב"עולם הנמל". נמשיך אל גשר עד הלום. נסיים את היום בניצנים הישנה עם סיפורם של גיבורי ניצנים ממלחמת העצמאות וסיפור ספינת המעפילים "שבתאי לודז'ינסקי".





טיול מס' 5 - מדרום תיפתח הטובה - ארץ הדרום 4.1.23.

במסגרת אירועי דרום אדום נפתח במוזיאון המים בניר עם. נמשיך אל אנדרטת חץ שחור המנציחה את פעולות הגמול של יחידות צה"ל בשנותיה הראשונות של המדינה. נמשיך לבתרונות בארי, ונעבור דרך אנדרטת האנז"ק, המנציחה את כיבוש א"י ע"י בנות הברית במלחמת העולם ה-I. (המסלול הוא בגבול עוטף עזה - וישונה בהתאם למצב הבטחוני)



טיול מס' 6 - מצפון תיפתח הרעה? - איך נולד גבול הצפון וכביש הצפון 1.2.23.

נטייל לאורך גבול הצפון: מערת קשת, השביל חדש שנפרץ לאחרונה אל חורשת הסרנים והחומה המצוירת בשתולה. גדר המערכת ומנהרת ה"דגל" של החיזבאללה. נסיים בתצפית מהר אדיר, והאנדרטה לזכר חללי מלחמת לבנון ה-II.



טיול מס' 7 - מאפגניסטן אל הרפת בכפר גלעדי 1.3.23.

סיפור העלייה היבשתית לא"י בתקופת המנדט. נפתח במיזם 'גלויה מאפגניסטן' בכורים, נמשיך לדרדרה - אשמורה וסיפור ההתיישבות של ישוב מבודד זה, עד לכפר גלעדי. נסיים בבית הקברות בכפר גלעדי.



טיול מס' 8 - עכו היהודית 29.3.23.

עכו העיר הגדולה בצפון הארץ הייתה מאז ומעולם שער הכניסה הראשי לא"י. נתחיל בתל עכו ונעסוק בגבולות ארץ ישראל להלכה. נמשיך דרך בית הכנסת הקווקזי, ובו עבודות אמנות מיוחדות. נסיים בשיטוט בסימטאות העיר העתיקה של עכו, מרכז הרמח"ל, בית כנסת אחאב, ובית הכנסת בו נשא הרמב"ן את דרשת ראש השנה.



טיול מס' 9 - ירושלים בעקבות היציאה מהחומות 3.5.23.

ביום זה נטייל בירושלים בעקבות היציאה מן החומות: שכונות משכנות שאננים וימין משה למרגלות טחנת הרוח של משה מונטיפיורי. נמשיך לשכונת נחלת שבעה ונבקר במוזיאון המוזיקה, סיור בנחלאות ונסיים בשוק מחנה יהודה.



טיול מס' 10 - ירושלים העתיקה 24.5.23.

יום בירושלים העתיקה. נפתח במוזיאון ישראל בדגם בית שני ובהיכל הספר. נמשיך לטיילת ארמון הנציב, הרובע היהודי ובתי הכנסת הפזורים בו. נעלה לתצפית לגג ישיבת אש תורה ונסיים ברחבת הכותל.





....

חוזרים אל ספר הספרים

סדרת טיולים בהדרכת: אפרת נתן

8 טיולים | ימי שלישי | היציאה ממרכז הפנאי בית אליעזר בשעה 8:00 בבוקר | *יתכנו שינויים
עלות הסדרה ברישום מוקדם (עד ה-5.9.22): 1,080 ש"ח | לאחר ה-5.9.22: 1280 ש"ח | עלות טיול בודד: 195 ש"ח



סיור מס' 1 - אל כרמי שילה 1.11.22

נבקר בשילה הקדומה, מקום המשכן ותפילת חנה, נמשיך לבית אל שם נשאל היכן היה אוהלו של אברהם ואיפה חלם יעקב על סולם, נשמע על דמויות מופת מתקופות שונות ונקנח את היום בטעימת יין באחד היקבים המשובחים באזור.



סיור מס' 2 - ירושלים 29.11.22

עיר נמל על שפת הנצח - אל ירושלים של ימי הבית הראשון, עיר מלכים ונביאים, בה ממשיכים ומתגלים כל העת ממצאים חדשים השופכים אור על ימי פאר ומלחמות חורבן.



סיור מס' 3 - ככרמל בים יבוא 20.12.22

על אליהו ונביאי הבעל בכרמל, תצפית מהמוחרקה, גלגולי מסורות סטלה מארים ומערת אליהו שנפתחה מחדש, מימצאים במוזיאון הכט ותכלת וארגמן בשקמונה ודור.





סיור מס' 4 - חדשות בעתיקות בשפלת יהודה. 17.1.23

נספר על דוד וגלית בתל עזקה ועל שמשון בנחל שורק ועל מפעל המים ונסייר בין הממצאים החדשים שנחשפו לקהל לאחרונה לבין הסיפורים הישנים בתל לכיש, מעריה המפוארות של יהודה - אתרים ארכיאולוגיים מרתקים המספרים את סיפורי המקרא בשפלת יהודה.

סיור מס' 5 - מיעקב עד אליהו, מיהושע עד ישוע, תנ"ך בבקעת הירדן 14.2.23

תצפית מרהיבה ליריחו וסיפור רחב והמרגלים, גלגולי המסורת מהמקרא אל הנצרות באתר הטבילה, קסר אל יהוד על המהפך מיעקב לישראל - נספר בביקור בגשר אדם ונעסוק גם בחידת כף הרגל שגילה פרופ' אדם זרטל.

סיור מס' 6 - שופט ונביא, מלך ומלכה - הגלבוע וסביבתו 21.3.23

כתף שאול בגלבוע, הר ברקן הפורח ותל יזרעאל, במסלול המשלב את סיפורי התנ"ך עם השירה העברית ואת הממצא הארכיאולוגי עם נופי העמק, נפגוש את גדעון השופט, את שאול ההולך אל מותו, את יהוא המורד ואיזבל המלכה.

סיור מס' 7 - ממלכת ישראל מייסודה ועד חורבנה 16.5.23

סיור בארץ קרובה ולא מוכרת: תצפיות מרהיבות ומסלול קצר בהר כביר, חוות וגבינות ברכס איתמר, והעיקר - הר גריזים ואתריו - השכונה השומרונית ומקום זבח הפסח, מפגש עם הקהילה השומרונית המהווה חלון אנושי לתקופת המקרא, האתר הארכיאולוגי ותצפית לשכם וקבר יוסף.

סיור מס' 8 - חצור ראש כל הממלכות. 6.6.23

נצפין אל שתי הערים החשובות - חצור העיר הגדולה ודן היושבת על מים רבים ונכיר את הסיפורים ואת הממצאים הרבים והמרתקים מתקופת המקרא.



....

קורסים הקתדרה של חדרה - תשפ"ג בשיתוף ותיקים משפיעים



הסוד לבריאות ע"פ רפואת הרמב"ם מרצה: שירלי יוסף

הקורס יתקיים בימי ראשון (6 מפגשים) | בשעות: 11:00-12:30

מועדי המפגשים ותכניהם:

4.12.22 - זה לא אני זה ההורמונים - ירידה בריאה במשקל, מה הם ההורמונים המשפיעים על המשקל, להפוך את היוצרות ולהתחיל לשלוט בהם. איך משפיע עלינו האינסולין וכיצד למתן אותו? מדוע חשוב להרגיע את הקורטיזול? איך נאזן את האסטרואגן? ומה כל כך מתריס בבלוטת התריס?

11.12.22 - חמשת כוחות הנפש ע"פ הרמב"ם איך נזין את כוחות הנפש שלנו, האם כל המחלות קשורות בנפש? הקשר בין איברי הגוף למכאובי הנפש, שיפור הבריאות באמצעות עבודה על הנפש.

18.12.22 + 25.12.22 - טיפול טבעי במחלות השפע סוכרת, כולסטרול, לחץ דם, צרבות, בלוטת התריס

20.11.22 - יהיו מזונותיך תרופותיך - הבסיס לתזונה נכונה וספיגת מזון מיטיבה, חוקי הבריאות הטבעית, רפואה מונעת בריאות הנפש, איוון מערכת העצבים, כלים מעשיים להפחתת מתח ירידה במשקל, ושיפור הזיכרון. איך לשלב פעילות גופנית בחיים כשאין זמן!!!

27.11.22 - חיזוק המערכת החיסונית הפיזית והנפשית - תזונה מחזקת מערכת חיסון אנטי דלקתית ואנטי סרטנית. צמחי מרפא לחיזוק המערכת החיסונית, השמדת תאים סרטניים, הקשר בין סטרס למערכת החיסונית, הקשר בין שינה למערכת החיסון.

ברישום מוקדם (עד 22.10.22): 250 ₪

עלות הקורס: 360 ₪



תורת הסוד היהודית ומשמעותה לימינו

מרצה: ד"ר מיכה אנקורי

הקורס יתקיים בימי שני (8 מפגשים) | בשעות: 18:00-19:30

בקורס נדון בטקסטים ממקורות החסידות, הקבלה והמדרשים ונבחן את חוכמת החיים וחכמת הנפש האצורה בהם. בין הנושאים:

- תפיסת האל במקורות היהדות, בדתות הקדם ובחיי יומיום
- סוד תשובת הנפש למקום שנעקרה ממנו - ספר הזוהר כמחקר בטבע האדם
- המיתוס הנשי והנשיות של המיתוס - תחת כנפי השכינה
- השפעת המיתוס הקבלי על השירה של ביאליק ועל סיפורי עגנון
- מיתוס הגיבור בתרבויות הקדם, בנפש האדם ובמסורת הסוד היהודית
- תלמידי חכמים אין להם שלום לא בעולם הזה ולא בעולם הבא - על הכמיהה לאושר
- ארכיטיפ הזקן החכם והפסיכותרפיה של הזקנות החכמות
- התגלות סתרי תורה בנפש היחיד, בחכמה השבטית וברוח העולם

מועדי המפגשים ותכניהם:

26.12.22	5.12.22	14.11.22
2.1.22	12.12.22	21.11.22
	19.12.22	28.11.22

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): ₪ 280

עלות הקורס: ₪ 360



תולדות הסכסוך הישראלי ערבי מרצה: ד"ר ירון עובדיה

הקורס יתקיים בימי ראשון (6 מפגשים) | בשעות: 11:00-12:30

אנחנו חיים בסכסוך מתמשך במזרח התיכון, סכסוך שמהווה נדבך מרכזי בחיינו כבר מעל 100 שנה, ואיננו רואים את האופק בפתרון הסכסוך. מדוע אנחנו מסוכסכים? מתי התחיל הסכסוך? מי הנוגעים בדבר? כל אלו ושאלות אחרות נשאל בסדרת הרצאות על הסכסוך. נקיים בשנה זו סדרת הרצאות ונכיר את הסכסוך הן לפי הכרונולוגיה והן לפי נושאי השונים, החותכים את ציר הזמן. לאורך הסדרה נקרא מסמכים שונים, וננסה לעלות דעות שונות בנוגע להשתלשלות האירועים. הנושאים המרכזיים:

מהי לאומיות? מתי החלה לפעול התנועה הלאומית הפלסטינית? ההנהגה הציונית ההנהגה הלאומית הפלסטינית, מלחמת העצמאות, שנות ה-50 וה-60, הקמת פת"ח ואש"פ, מלחמת ששת הימים ומלחמת יום הכיפורים, מלחמת לבנון הראשונה, האינתיפאדה, שנות אוסלו, אינתיפאדת אלאקצא, המאה ה-21.

מועדי המפגשים ותכניהם:

- 1.1.23 - ראשית הסכסוך, ראשית המאה ה-20.
- 8.1.23 - תקופת המנדט ומלחמת העצמאות
- 15.1.23 - תוצאות 1948 ועד 1967
- 22.1.23 - תוצאות 1967 ועד האינתיפאדה הראשונה
- 29.1.23 - מהאינתיפאדה הראשונה דרך אוסלו לאינתיפאדה השנייה
- 19.2.23 - מהאינתיפאדה השנייה לימינו

ברישום מוקדם (עד 1.10.22) : 300 ₪

עלות: 420 ש"ח



סדנאות אומנות שימושית בהדרכת: עלי וורבוף

הקורס יתקיים בימי ראשון (4 מפגשים לכל סדנה) | בשעות: 11:00-9:00

סדנאות להקניית מיומנויות, מושגי יסוד ועקרונות חשיבה לכל מי שעוסק ביצירה האמנותית. המסלול מתמקד בהיכרות עם חומרים, טכניקות ופיתוח בסיסי לחשיבה אישית CARTAPESTA, POURING, חימר, פורצלן קר.

סדנת CARTAPESTA

*קרטיפסטה - אומנות הנייר

הכנת כלים מנייר בטכניקה של שכבות, שכבות של נייר, היוצרות כלי חזק בדמוי עץ ובעיצוב אישי.

קרטיפסטה היא טכניקה שנוצרה באיטליה ועד היום יוצרים כלים ורהיטים לשימוש ביתי ותפאורה.

מועדי המפגשים:

23.10.22, 30.10.22, 06.11.22, 13.11.22

סדנת פורצלן קר

פורצלן קר, הוא חומר מדהים ליצירה בשל תכונותיו, הוא מאפשר ליצור מגוון אלמנטים דקורטיביים.

חומר גמיש, המתייבש באוויר והופך לקשיח, חזק ולא שביר ניתן להכינו בבית. הפורצלן, הינו פולימר (כמו פימו) אקאינו מצריך שריפה בתנור. נכין פרחים (ורדים), תכשיטים ומסגרות לתמונה.

מועדי המפגשים:

01.01.23, 08.01.23, 15.01.23, 22.01.23

סדנת חימר

הכנת כלים ותבליטים מחימר. שריפה בתנור וגלזורות שונות.

מועדי המפגשים:

05.02.23, 12.02.23, 19.02.23, 26.02.23



ברישום מוקדם (עד 1.10.22): ₪ 220

עלות הקורס: ₪ 280

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): ₪ 220

עלות הקורס: ₪ 280

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): ₪ 220

עלות הקורס: ₪ 280



בית מדרש - הפרשה!

בהנחיית יהודה טאובמן
הקורס יתקיים בימי חמישי (שנתי)
בשעות: 19:30-21:00

לימוד משותף - מסעיר, מאתגר ונועז,
בהיבטים שונים של 'פרשת השבוע', דרך
עיון עשיר במדע, בפרשנות, בספרות,
בהגות, בשירה ובהומניזם ועוד.

תאריך פתיחה: 3.11.22



ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 120 ₪
עלות הקורס: 140 ₪

ציור אקדמי

בהדרכת: מינה בירן - ציירת
ואמנית רב תחומית
הקורס יתקיים בימי רביעי (קורס שנתי)
בשעות: 10:00-12:00

באווירה תומכת וחויייתית נלמד את
יסודות הרישום ותורת הצבע.
נפתח חשיבה יצירתית, תוך שימוש
בטכניקות ציור שונות.
מתאים למתחילים ומתקדמים.

תאריך פתיחה: 7.9.22
(רישום מראש)

עלות לחודש: 200 ₪
לא כולל חומרים



סדנת פואורינג - צביעה באקריליק

בהדרכת: עלי וורבוך
הקורס יתקיים בימי ראשון (4 מפגשים)
בשעות: 9:00-11:00

שיטת צביעה באבסטרקטיות, מבוססת על
מזיגת צבע אקריליק ומדיום על משטחים.
ניצור תמונות ועבודות להכנת תכשיטים.

מועדי המפגשים:

26.3.23 , 19.3.23 , 12.03.23 , 5.03.23

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 220 ₪
עלות הקורס: 280 ₪



מסיבת התה של עליזה

בית להשראה, לימוד ויצירה אישית וחברתית

בהנחיית: עדי נחשון

מנחת בתי יוצר לאומנים/ות, תואר MA בתחום אומנות ככלי לשינוי חברתי

הקורס יתקיים בימי חמישי (10 מפגשים) | בשעות: 10:00-11:30

יוצרים יוצרות, אומנים אומניות וכל מי שהיצירה היא חלק מהיום יום שלו, מוזמנים למרחב להשראה, למידה (טקסטואלית וויזואלית) חקירה ופרשנות אישית הפותח ומציף סוגיות סביב זהות ותרבות אישית וחברתית. סדרת מפגשים במהלכן יתקיים לימוד ושיח בהשראת טקסטים מהספרות העברית המודרנית והעתיקה, התבוננות על יצירות אומנות מהארץ ומהעולם, התנסות, יצירה ופרשנות אישית אמנותית.

בנושא: "מסיבת התה של עליזה" - את מי נזמין למסיבת התה שלנו? מפגש עם דמויות משמעותיות בחיינו, בחינת הקשר בין הדמויות, למידת הסיפורים וההקשרים התרבותיים.

מועדי המפגשים:

26.1.23, 12.1.23, 29.12.22, 15.12.22, 1.12.22, 17.11.22, 3.11.22

9.3.23, 23.2.23, 9.2.23

"ספרות החוכמה"

איוב, משלי וקהלת

בהנחיית: סימה אסייג

קורס שנתי בימי שני | בשעות: 11:00-12:30

איוב - הדיון הפילוסופי בשאלת 'צדיק ורע לו' בין איוב לבין רעיו. מהי המסקנה של ויכוח זה?

משלי - אוסף המשלים והאימרות המיוחס לשלמה בנושאים של חכמת חיים בהשוואה לאוספיק משלים קודמים אחרים.

קהלת - שאלת משמעות החיים שהעלה והתשובה לה.

תאריך פתיחה: 7.11.22 (רישום מראש)



ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 120 ₪

עלות לחודש: 140 ₪

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 450 ₪

עלות הקורס: 550 ₪



עולם הבין החשאי - מבט מבפנים בהנחיית: סער קדמון

הקורס יתקיים בימי שלישי (6 מפגשים) | בשעות: 18:00-19:30

מועדי המפגשים ותכניהם:

- 08.11.22 - "סוכנים כפולים: מרגלים מסוג אחר": גיוס אדם והפיכתו למרגל - משימה קשה מאד. "הכפלת" מרגל שכבר נמצא בעולם החשאי - משימה קשה שבעתיים, הדורשת יצירתיות, תחכום רב, תמרון שונה, והפעלה אנושית עמוקה. מיהם אותם סוכנים כפולים? איך נראים חייהם?
- 22.11.22 - "בין מציאות לדמיון בעולם הבין": בעולם הבין בו רב הנסתר על הגלוי, נביט פנימה לאמיתות ולבדיות ואיך נדע להבדיל ביניהן. כיצד נבנות תדמיות ותדמיות בעולם הצללים, ואפילו נבצע (בישיבה...) תרגיל מבצעי קטן במשותף
- 06.12.22 - "ריגול בין ידידות": מדינות ידידותיות וקרובות מרגלות זו אצל זו. כשהמרגלים והריגול נחשפים, המבוכה גדולה, ההתנצלות מרשימה, ולמחרת ממשיכים...
- 13.12.22 - "סיפורים אחרים מעולמות הבין": אוסף פרשיות ריגול ומבצעים שטרם פורסמו, מוגשים בסגנון ייחודי, שונה ומסקרן, בדגש אנושי על מאפייני הביצוע והתנהלות אנשי המבצעים.
- 03.01.23 - "משקרים כל הדרך למטרה": הצגת וניתוח אירועים אמיתיים. כיצד קורה שהאויב המסוכן עבורך הוא (לפעמים...) דווקא האיש היוצא איתך למבצע חשאי, או יושב איתך בחדר במטה הארגון.
- 24.01.23 - "האיש בעולם החשאי - החיים בעולם הצללים": מאפיינים אישיים ומקצועיים של אדם החי ופועל בצללים בחו"ל: משימתיות, עבודה בתנאי לחץ, סיכון ואי וודאות. ההשפעה המצטברת על מכלול החיים האישיים, וגם: על החיים האישיים של סוכן זר.

ברישום מוקדם (עד 1.10.22) : 250 ₪

עלות: 360 ש"ח



עיתונות

בהנחיית: ערן נבון

הקורס יתקיים בימי חמישי (8 מפגשים)

בשעות: 18:00-20:00

סדנא חוויתית במהלכה נצא אל השטח, נכתוב ראיונות וכתבות צבע.

הסדנא תכלול בדיקת עבודות במייל ומשובים, חומרים וצילומים שונים, מצגות ושיח תקשורתי.

מועדי המפגשים:

5.1.23, 12.1.23, 19.1.23, 26.1.23, 2.2.23,

9.2.23, 16.2.23, 23.2.23

ספרים רבותיי ספרים....

בהנחיית: ד"ר אשר יושפה

הקורס יתקיים בימי ראשון (10 מפגשים) | בשעות: 11:00-12:30

• אנה קרנינה - טולסטוי - החיפוש אחר האושר

• הגברת עם הקמליות - אלכסנדר דומא הבן - האהבה וההקרבה

• קלריסה - סטפן צווייג - אומץ ליבה של אישה

• הנערה מן הדואר - סטפן צווייג - הכוח להמשיך גם כשהכל

נראה מרוסק

• האחים קרמזוב - דוסטויבסקי - כוחה של הקנאה

• הדבר - אלבר קאמי - על האוטנטיות של האדם

• 24 שעות בחייה של אישה - סטפן צווייג - מה חסר לאדם גם

כשיש לו את הכל?

• גן הדובדבנים - צ'כוב - הדרך חזרה תמיד קשה יותר. על שינויים בחיי האדם

• הסוד הכמוס - סטפן צווייג - על יחסי אמא ובנה ומהות הסוד שביניהם

• השטן - טולסטוי - כוחה של תשוקה

מועדי המפגשים:

החל מה-16.4.23 ועד 18.6.23 ברצף

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 400 ₪

עלות הקורס: 500 ₪

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 450 ₪

עלות הקורס: 550 ₪



התנ"ך ברוח המחקר וביקורת המקרא

מרצה: יוסי נינווה, מומחה לתנ"ך ותקופת השואה

הקורס יתקיים בימי רביעי (4 מפגשים) | בשעות: 11:00-12:30

22.3.23 - התנ"ך - היסטוריה או מיתוס אמונה מול מחקר

הרצאה זו תבחן את הספרות ההיסטורית בתנ"ך. בהרצאה יועמדו זה מול זה: תפישת המסורת מול תפישת המחקר המודרני, הכתוב בתנ"ך מול ממצאים הארכיאולוגיים. האם ההיסטוריה המסופרת בתנ"ך היא ההיסטוריה האמיתית של עם ישראל?!

17.5.23 - לא תישא את שם ה' אלוהיך לשווא - מי כתב את עשרת הדברים? (לקראת חג שבועות חג מתן תורה)

יש בתורה מספר גרסאות שונות ל"עשרת הדברים". כל נוסח מבטא תפישת עולם אחרת, ונכתב על ידי קבוצה בעלת אמונה שונה. מי כתב כל נוסח. וכיצד לאורך הדורות, כל דור פיתח לו "עשרת דברים" משלו.

31.5.23 - ספר דברים - ראשיתו של המונותאיזם היהודי

שמע ישראל, ה' אלוהינו, ה' אחד זהו המסר החשוב ביותר של ראשיתה של האמונה, שהאל הוא אחד, ואין אלים אחרים. כותבי הספר הם נושאי הדגל הראשונים של מהפכה עצומה באמונת ישראל - המונותאיזם המופשט.

14.6.23 - על נהרות בבל... האם באמת בכינו ?

סיפורה של גלות בבל לאחר חורבן המקדש הראשון. להיכן גלו? כיצד חיו? ממה התפרנסו? לאור ממצאים חדשים שנתגלו. סיפורן של העליות לאחר הצהרת כורש ותחילתו של יישוביהודי חדש בארץ יהודה. ההרצאה תתבסס על הספרים עזרא ונחמיה ועל תעודות ומסמכים שנמצאו.

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 200 ₪

עלות הקורס: 260 ₪



הביולוגיה של ההתנהגות האנושית

מרצה: ד"ר ליאת יקיר ביולוגית, בעלת מסטר, דוקטורט ופוסט-דוקטורט

מטעם המחלקה לגנטיקה מולקולרית במכון ויצמן למדע

הקורס יתקיים בימי שלישי (6 מפגשים) | בשעות: 11:00-12:30

בוחרים את האחד/ת? מה בין אהבה למין והאם אנחנו בנויים לאהבת נצח? לבסוף, למאמינים באהבת אמת - מרשם מדעי מוכח לשימור האהבה הזוגית והאושר במשפחה.

האם טבע האדם טוב או רע מנעוריו? הביולוגיה של השנאה והרוע
מהם מקורות הרגש ההרסני והעוצמתי שמניע אותנו - השנאה? מהם מקורות האלימות, האכזריות והרוע? האם האדם רע מנעוריו? האם יש אנשים שנוולדו רעים?

במהלך ההרצאה נדון בכל השאלות האלו וננסה למצוא את מקורות הרוע והאכזריות במכונה המורכבת ביותר בעולם - המוח שלנו.

מוח הנשי - מוח הגברי, האמנם?

במהלך ההרצאה נצא למסע אבולוציוני מרתק בעקבות ראשית הנקבה והזכר, נסקור מחקרים מחזית תחומי הביולוגיה המתארים את ההבדלים העיקריים בין התפתחות המוח הזכרי למוח הנקבי בכל הנוגע לרגשות, התנהגות חברתית, זוגיות והורות. נשאל כיצד

במהלך סדרת המפגשים נצלול אל תוך הביולוגיה של הרגשות האנושיים - הניורונים, ההורמונים והגנים שמעצבים את הרגשות ואת ההתנהגות שלנו. ננסה להבין מדוע אנחנו מתנהגים כפי שאנחנו מתנהגים, מהם רגשות וכיצד הם מפעילים אותנו.

כיצד אנחנו מקבלים החלטות?

במהלך ההרצאה נכיר לעומק את המוח שלנו ונבין את העקרונות הבסיסיים של פעילות ומבנה המוח.

כיצד המוח אוסף מידע ונתונים מהעולם סביב דרך החושים? מה מעורר מוטיבציה לחשוב וללמוד כיצד מתבצעים תהליכי קבלת ההחלטות במוח? מה תפקידם של הרגשות בתהליך קבלת החלטות? והאם באמת אנחנו פועלים באופן לא-רציונלי.

המדע של האהבה והזוגיות

מה זו בכלל אהבה? כיצד היא נוצרת? למה היא כל כך מעסיקה אותנו במהלך כל החיים? האם יש קשר בין הסוגים השונים של האהבה? מה קורה במוח שלנו כשאנחנו אוהבים? איך אנחנו



להתאמן על החיים איך לטפח הרגלים לאורח חיים בריא

מרצה: רונן דוידוב

הקורס יתקיים בימי שלישי (4 מפגשים)

קורס בוקר: בשעות 9:00-10:30

קורס ערב: בשעות 20:00-21:30

סדרת הרצאות מרתקת על טיפוח הנכס היקר ביותר לאדם.

נושאי ההרצאות:

- תזונה נכונה והדרך לשמירה על משקל תקין ובריא - מפתחות להצלחה בדיאטה לאורך זמן כדרך חיים.
- הנחיות לפעילות גופנית, תנועה וכושר.
- יצירת מוטיבציה והקניית הרגלים יומיומיים.

מועדי המפגשים:

27.12.22, 13.12.22, 29.11.22, 15.11.22

ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 200 ₪
עלות הקורס: 250 ₪

נוכל כולנו כחברה לעצב את המסגרות והמבנים החברתיים באופן מותאם כך שיאפשרו לנשים וגברים כאחד לשגשג ולמשש את מלוא הפוטנציאל הטמון בהם לרווחת החברה כולה.

למה לזכרות אין אולקוס?

סטרוס והמוח האנושי - במהלך ההרצאה נבין מהי תגובת הסטרס, מהם הגורמים לתגובה, מה קורה לגופנו בזמן סטרס, מהם ההבדלים בין נשים וגברים בתגובה לסטרס, מה משפיע על תגובת הסטרס אצל אנשים שונים ומה עושים עם זה וכיצד נקטין את הסטרס בחיינו.

מי רוצה לחיות לנצח?

מדוע אנחנו בכלל מזדקנים? מה מפעיל את שעון החיים של כל תא בגופנו? מדוע אנחנו מתים?

במהלך ההרצאה נבין כמה אנחנו רחוקים כיום מלמצוא את מעיין הנעורים ומתי יצליחו מדענים להאריך לבני אדם את החיים בעוד 50 שנה ובעוד 1000 שנה. בנוסף נשאל גם מה תהיה ההשפעה של פריצות דרך כאלו על הסדר החברתי, על מבנה המשפחה ועל עתיד האנושות.

מועדי המפגשים:

2.5.23	23.5.23	30.5.23
13.6.23	20.6.23	4.7.23

ברישום מוקדם (עד 1.11.21): 350 ₪
עלות הקורס: 450 ₪



מיעוטים בארץ ישראל

מרצה: ד"ר שי רוזן

הקורס יתקיים בימי רביעי (13 מפגשים) | בשעות: 19:30-21:00

סדרת הרצאות הבוחנת היבטים שונים, דתיים, היסטוריים, חברתיים וטקסיים.

מועדי המפגשים ותכניהם:

חלק א' - המיעוטים הסונים

16.11.22 - מבוא קצר לדת האסלאם.

23.11.22 - קווקזים בגליל - בני האדיגה.

30.11.22 - האחמדים על הר הכרמל.

14.12.22 - השכנים מצפון - עלאוים ומתואלים

21.12.22 - מעטירי הטובה - הדרוזים.

ברישום מוקדם (עד 1.11.21): 200 ₪

עלות הקורס: 280 ₪

חלק ב' - המיעוטים השיעים

4.1.23 - ממשיחות שיעית לדת חובקת עולם

11.1.23 - מעמק עכור לפתח תקוה - הבהאים במרחב עכו

18.1.23 - מסתרי הגנים - הבהאים בחיפה ובעמק הירדן.

1.2.23 - להיות בהאי.

ברישום מוקדם (עד 1.11.21): 200 ₪

עלות הקורס: 280 ₪

חלק ג' - הערבים בישראל

1.3.23 - המיעוט הערבי בישראל.

8.3.23 - חברה ומסורת.

15.3.34 - מתלות להשתלבות - ערביי ישראל בשנות האלפיים.

22.3.23 - הבדואים.

ברישום מוקדם (עד 1.11.21): 200 ₪

עלות הקורס: 280 ₪



להקת מחול אתני נשי עכשווי

קול קורא לנשים ובחורות שסיימו צבא ונפשו קוראת לחזור לאהבתן לרקוד!

בהנחיית: סיגל זיו, רקדנית, מורה, כוריאוגרפית

מסלול למחול נשי חובק עולם (פיוז'ן) הממזג יחד אומנויות מחול ממזרח ומערב לפרטואר מחול יוצא דופן - אם את רוצה להיות חלק מזה - התקשרי למפגש התאמה 04-6207540 / 052-2998787.

מחול ממקורות ההווה הנשית

בהנחיית: סיגל זיו, רקדנית, מורה, כוריאוגרפית

הקורס יתקיים בימי רביעי (שנתי) | בשעה: 10:00 | תאריך פתיחה 2.11.22

(ברישום מראש)

גוף האישה צופן בתוכו סודות של תבונה תנועתית בואי להרגיש את עצמך מחדש ולהכיר מגוון סגנונות תנועה של מזרח ומערב.



ברישום מוקדם (עד 1.10.22): 120 ₪ לחודש

עלות לאחר מכן: 160 ₪



נהלי הקתדרה

נהלי קורסים:

- הקתדרה שומרת לעצמה את הזכות לשינויים בתוכנית הלימודים, בסגל ההוראה, במועדי הקורסים ובמיקומם.
- פתיחת כל קורס מותנית במינימום נרשמים
- הקורסים מתקיימים במרכז פנאי בית אליעזר
- במקרה של אי פתיחת קורס, יוחזר לנרשם מלא שכר הלימוד ששולם
- ביטול קורס: הביטול ייעשה בכתב בלבד למזכירות מרכז הפנאי בית אליעזר במייל: matnasbe@bezeqint.net
- עד שבוע לפני פתיחת הקורס הנרשם יזכה בהחזר שכר הלימוד בניכוי דמי הרשמה וטיפול בסך ₪ 80
- משבוע לפני פתיחת הקורס ועד תאריך פתיחת הקורס: יוחזר שכ"ל בניכוי 10% מעלות הקורס המלא + ₪ 80 דמי הרשמה וטיפול
- מתאריך פתיחת הקורס ועד שבוע לאחר מכן - ביטול יחייב בתשלום 10% מעלות הקורס + דמי הרשמה וטיפול בסך ₪ 80 + מחיר הרצאה.
- לאחר מכן לא יתאפשר ביטול
- במקרה של הפסקת לימודים עקב אילוץ בלתי צפוי יש לפנות מיידית למזכירות בכתב ובצירוף מסמכים רלוונטיים.
- כל בקשה תיבדק לגופו של עניין. יש לשלוח את הבקשה מיד לאחר שאירע המקרה שגרם להפסקת הלימודים
- לא יינתן זיכוי כספי עבור אי הגעה להרצאה יחידה במסגרת סדרה



נהלי הקתדרה

נהלי סיורים:

- הקתדרה שומרת לעצמה את הזכות לשינויים בתוכנית הסיורים, בסגל המדריכים ובמועדי הסיורים.
- עלולים לחול שינויים עקב מזג אוויר, מצב ביטחוני וגורמים שאינם ניתנים לחיזוי.
- על המטיילים להצטייד בכובע, בנעליים סגורות, במזון ובמשקה למשך היום.
- לאתרי קודש - יש להצטייד בלבוש צנוע (כיסוי ראש, מכנסיים ארוכים, חולצה שמכסה כתפיים)
- עלות הסיורים כוללת: הדרכה ואוטובוס **ואיננה כוללת**: כניסות לאתרים, ארוחות, טיפים, תרומות לבתי כנסיות וכו'.
- ייתכנו הפסקות במקומות הסעדה שנמצאים במסלול.
- היציאה לסיורים בשעה 8:00 בדיוק ממרכז פנאי בית אליעזר.
- במקרה והמנוי אינו יכול להגיע לסיור, ישנה אפשרות להעברת הסיור למכר ע"י המנוי - הדבר מותנה בשליחת בקשה למייל המזכירות עם שם האדם אליו מועבר הסיור ובחתימה על טופס בריאות ע"י האדם שישתתף בסיור, רק לאחר אישור המזכירות על השינוי - תתאפשר העברה.
- ניתנת אפשרות העברה לטיול מסדרת טיולים אחת לאחרת - על בסיס מקום פנוי ובהנחה שנפתחה הסדרה. כדי לבצע העברה לטיול אחר, יש לשלוח בקשה למייל, רק לאחר אישור הבקשה ע"י מזכירות המרכז, תתבצע העברה.
- מייל מרכז פנאי בית אליעזר - matnasbe@bezeqint.net
- לאחר רישום לסיור/סדרת סיורים - לא יתאפשר ביטול.
- מספר מקומות מוגבל.
- מצ"ב הצהרת בריאות: <https://www.pnay.org.il/designFiles/2011646313660rand.pdf>

יהדות ישראלית

בית מדרש ללימוד מקורות יהודיים ולדיון בסוגיות חברתיות בישראל
שיתוף פעולה של אגף החינוך, עמותת ע.ל.מ.א. ועמותת פנאי העיר חדרה
בהנחיית מרצים מתחלפים.

בין הנושאים:

קשת הזהויות בישראל, מצוות חברתיות בחגי ישראל, צדקה וצדק חברתי,
התחדשות הפיוט, הקשר שבין רגש ליופי במחשבת חז"ל, מהי אהבה ועוד.

להצטרפות לקבוצה יש לשלוח שם מלא
לוואצאפ לטל - 054-6191179